

روحانی و جسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک لاہور

ماہنامہ عبقری

ستمبر 2006 بمطابق شعبان المعظم 1427 ہجری

گھر بیوا لکھنویں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے عبقری سے دوستی

حضرت علی رضی اللہ عنہ کی نصیحت
بیٹے کو تحیر العقول نصیحت۔

پاکیزہ چہرے کا نکھار اور بالوں کا حسن

آواز غیب چند قدم پر انسانی آواز آئی ”جا اللہ تجھ پر بھی رحم کرے“

دوائی کے چند قطروں سے پیپا ٹائٹس کا یقینی علاج
حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی کے قلم سے تحقیقی مضمون۔

آپ کیوں بے اولاد رہیں؟
بے شمار جوڑے اولاد کے لئے آخر کیوں ترستے ہیں؟

مستقل سلسلے

ماہ ستمبر میں صحت و تندرستی کے راز۔

11 غذائی عادات

صحت مند زندگی کی علامات

• دیدار رسول ﷺ کیلئے آزمودہ ورد و وظائف
• جنات سے گئی ملاقاتیں • ناقابل فراموش
• آپ کا خواب اور روشن تعبیر • اسماء الحسنی
• اسم اعظم کے متلاشی • روحانی و جسمانی مشورے
• رحمت کے خزانے • مستند روحانی نسخے

بیاد

زیر سرپرستی

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ بجوری عبقری مجذوب رحمۃ اللہ علیہ

جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمۃ اللہ علیہ

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ دامت برکاتہم العالیہ

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم العالیہ (پہلے)

01

جلد نمبر

03

شمارہ نمبر

ستمبر 2006ء بمطابق شعبان المعظم 1427ھ

لاہور

عبقری

ماہنامہ

ستمبر 2006ء

روحانی و جسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

مجلس مشاورت

حکیم محمد خالد محمود چغتائی، تجل الہی شمسی
حاجی میاں محمد طارق، ملک خادم حسین
قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ 15 روپے
اندرون ملک سالانہ (معڈاک خرچ) 120 روپے
بیرون ممالک سالانہ (معڈاک خرچ) 20 امریکی ڈالر

صدقہ جاریہ

یہ رسالہ خالص خدمت خلق اور دیکھی انسانیت کے روحانی اور جسمانی مسائل کے حل کے لیے شائع کیا گیا ہے۔ کوشش کی گئی ہے کہ لاگت اور مزدوری پیش نظر رکھ کر کم سے کم قیمت میں یہ رسالہ آپ تک پہنچے۔ آپ ماہنامہ عبقری، کم قیمت میں خرید کر اپنے پیاروں کو گفٹ کریں یا اپنے پیاروں کے لیے تقسیم کر کے صدقہ جاریہ کریں۔ نامعلوم آپ کی وجہ سے لوگوں کے کتنے دکھ دور ہوں گے اور آپ اللہ تعالیٰ کے کتنے قریب ہوں گے۔

انجمنی ہولڈرز اپنی ہر لکائی ہر پیرے کے لیے اپنا نام لکھیں

دائے سرخ نشان سالانہ خریداری کی مدت ختم ہونے کی علامت ہے، لہذا اس سال کی خریداری کے لیے رقم ارسال فرمائیں۔

صفحہ نمبر	مضامین	نمبر شمار
2	درکِ ہدایت (آخری حصہ)	1
4	سحبِ بوی ﷺ اور جدید سائنس	2
5	دوائی کے چند نظریوں سے ہپاٹائٹس کا آزمودہ یقینی علاج	3
5	اہم گھریلو ٹوٹے	4
6	جنات سے بچی مانتائیں (آواز غیب)	5
8	آپ بے اولاد کیوں ہیں؟	6
10	دیدار رسول ﷺ کے لئے آزمودہ درود و وظائف	7
11	ماہِ جبر میں صحت و تندرستی کے راز	8
12	اسمِ اعظم کے تلاشی	9
13	مغیر معذہ	10
15	رحمت کے خزانے	11
16	نا قابلِ فراموش (قارئین کی تحریریں)	12
17	اسماء الحسنى اور اولیاء کی زندگیوں کے نچر	13
18	در دسر روکنے کے 8 طریقے	14
19	روحانی بیماریوں کا مسنون شافی علاج	15
21	پاکیزہ چہرے اور بالوں کا حسن	16
22	مستند روحانی نسخے	17
23	طبی مشورے	18
25	بہارِ رفتہ کی اعلیٰ مچی کھانیاں	19
26	آپ کا خواب اور روشن تعبیر	20
27	کھوشی اسلام اور جدید سائنس	21
28	تقلید لوگوں کے دانشمندانہ اصول	22
29	بچوں کی تربیت کے 5 رہنما اصول	23
31	بچوں اور بزرگوں کے فائدے	24
32	حضرت علیؓ کی فصاحت	25
33	11 غذائی عادات صحت مند زندگی کی علامات	26
34	دینی و دنیوی عمر کے لئے مفید غذا	27
35	ملاسن اور لا علاج مریضوں کیلئے آزمودہ اور پرتاثر دوائیں	28
38	تہرہ کتب	29

ضروری وضاحت: ماہنامہ عبقری میں شائع ہونے والی تحریریں ایک رائے اور نقطہ نظر کی حیثیت رکھتی ہیں جنہیں ہر قسم کے مذہبی و سیاسی تشکیلات سے بالاتر ہو کر پوری نیک نیتی کے ساتھ شائع کیا جاتا ہے۔ مضمون نگار حضرات کی آراء و نقطہ نظر ان کے اپنے ہیں جن سے ادارہ دار کا متعلق ہونا ضروری نہیں لہذا ادارہ کی ایسے مضمون کی اشاعت پر جواب دہ نہیں ہوگا جس سے کسی مذہبی و سیاسی فرد یا جماعت کو اختلاف ہو۔ (مدیر ماہنامہ عبقری)

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ ”عبقری“، مرکز روحانیت و امن 78/3، مزنگ چوگی، قریبہ چوک، یونائیٹڈ بینکری اسٹریٹ، جیل روڈ، لاہور

فون: 042-7552384، 0321-4343500، فیکس: 0321-4343500

Website: www.ubqari.com E-mail: ubqari@hotmail.com

خالد حسین ناشر نے اظہارِ سنہ پر نذر 9 ریڈیو گن روڈ سے چھپوا کر مزنگ لاہور سے شائع کیا

درس ہدایت

آخری حصہ

بیت الخلاء کی تباہ کاریاں

دلوگ اللہ کو سخت ناپسند ہیں ایک جو بڑھاپے میں گناہ نہ چھوڑے اور ایک جو معصوم ہے جس پر غربت ہے اور پھر بھی اللہ کی طرف رجوع نہ کرے میرا رب کہتا ہے کہ اس حال میں بھی اس میں انابت نہ آئے لفظ انابت کہتے ہیں رجوع۔ اللہ کی طرف بڑھنے کو اللہ کی طرف جوڑنا اور زاری کرنا، اب بھی اگر اسکے اندر زاری نہیں آتی تو وہ بدترین شخص ہے۔

اور یہ کہتا ہے ”غفر انک“ اے اللہ میں تیری پناہ میں آ گیا تھا۔ تو نے کرم فرمایا، میرے اندر کے خباثت کو دور کیا جو اگر رک جاتا تو نقصان پہنچاتا۔

ایک تو آجکل یہ گردوں کا طوفان مچا ہوا ہے۔ کہ گردے ٹیل ہو گئے کہ گردے ٹیل ہو گئے یہ بیت الخلاء کا نظام ہی خراب ہوتا ہے آدمی اتنی بڑی مشکلات میں چلا جاتا ہے۔ اور پھر اس سے پوچھو جس کے ساتھ ایسا کچھ ہو رہا ہے، ڈاکٹر سز ہفتے میں تین دفعہ، ہفتے میں چار دفعہ، اس کے ڈاکٹر سز ہو رہے ہیں، گردے واش ہو رہے کیوں گردوں نے کام کرنا چھوڑا۔ گردوں کا دماغ ٹیل ہو گیا ہے ان کے اندر نقص پڑ گیا، گردوں نے جسم میں جو غیر ضروری چیزیں تھیں وہ چھوڑ دیں وہ باہر نہیں نکالیں، اس کا نظام خراب اللہ نے کیا ہے۔ میرے دوستو! اگر ہم وہاں بیت الخلاء میں، اللہ جل شانہ کے رجوع کیساتھ، تعلق کیساتھ جائیں۔ یعنی سرور کو نین ﷺ کے طریقہ سے جائیں تو اللہ تعالیٰ ہمیں کتنی بڑی بڑی مصیبتوں سے بچا دے گا۔ میں بیت الخلاء کے نظام ایسے ہی بیان نہیں کر رہا بلکہ اس کے ساتھ ہماری زندگی کا نظام وابستہ ہے۔ بھائی! ہماری عافیتوں، خیر اور مشکلات کو اس کا نظام وابستہ ہے۔

اگر ہم سے بیت الخلاء کا نظام ٹھیک ہو جائے تو ہم کتنی بڑی بڑی مصیبتوں سے بچ جائیں۔ میرے دوستو! ہم فلاں گنڈا، فلاں تعویذ اور فلاں جادو اور فلاں توڑ، ان سب سے بچ جائیں۔ اور کیا کہ جو بیت الخلاء میں مسنون طریقہ سے جانے گا۔ اب وہ مسنون طریقہ کیا ہے؟ اسے سوچیں، اس کی تحقیق کریں، ارے بھی ہم ہر چیز کی تحقیق کرتے ہیں، اس کی بھی کریں۔ مجھے ایک شخص کہنے لگا کہ میں جس شعبے میں چلا جاؤں تو اس کی کتابیں، ویب سائٹ اور ادھر ادھر سے ڈھونڈ کر اس کا اتنا وسیع علم اپنے اندر لے آتا ہوں کہ میں اس چیز کے علم میں کامل بن جاتا ہوں۔ ارے اللہ کے بندے دنیا کا نظام عافیت میں ہے۔

برصغیر کی ریاست کے ایک نواب کو اطباء نے کہا آپ

حکیم محمد طارق محمود بمقربى مجذوبى چغتائى

کچھ نہیں کھا سکتے ہیں، آپ ایسا کریں کہ قیہ لیں، پھر اس کو چوڑیں اور اس کے اندر سے جو پانی نکلے گا، وہی آپ پی سکیں گے اور کچھ نہیں پی سکیں گے۔ مجھے ایک صاحب کہنے لگے، اپنی مٹھائی کی دکان کی طرف اشارہ کر کے (اب فوت ہو گئے ہیں) ”اتنی بڑی میری مٹھائی کی دکان ہے لیکن میں مٹھائی نہیں کھا سکتا“ اور وہ بڑے نیک آدمی تھے انہوں نے پانی کو مخلوق خدا کیلئے عام کیا ہوا تھا، کئی سالوں کے بعد اس کی قبر بیٹھ گئی!! اور انکے بیٹوں نے مجھے بتایا، اور قبر کو جب کھولا تو اس کی میت ویسے کی ویسے ہی بڑی ہوئی تھی، تو دوستو! میں عرض یہ کر رہا تھا کہ ہم اپنی زندگی کے ایک ایک پہلو کو اپنے سامنے رکھیں خاص طور بیت الخلاء کے نظام کو یعنی جاتے ہوئے بایاں قدم رکھیں، شنگہ سر نہ جائیں، دعا پڑھ کر جائیں ایسا کرنے سے ہم بڑی بڑی پریشانیوں سے بچ سکتے ہیں مثلاً نماز اور عبادات میں جو دوسرے پیدا ہوتے ہیں اللہ تعالیٰ معاف کرے جن کو دوسروں کی بیماری لگ جائے ان سے پوچھیں کہ کتنی پریشانی ہے دوسروں کی بیماری کہ ”الامسان والحقيفظ“ تو یہ دوسرا بیت الخلاء سے لگتے ہیں۔ بیت الخلاء میں شیطین ہوتے ہیں اور جب بندہ اندر جاتا ہے تو رحمت کے فرشتے باہر رک جاتے ہیں، اور ایک جن نے کہا ”جب انسان اندر جا کر ستر کھولتا ہے تو ہم اسے نگاہ دیکھتے ہیں اور اگر اس نے مسنون دعا پڑھی ہو تو ہمارے اور اس کے درمیان پردے حائل ہو جاتے ہیں اور ہم انہیں دیکھ نہیں سکتے اور جب پردے حائل نہیں ہوتے تو ہم ان کی شرم گاہوں سے کھینچتے ہیں اور ان میں خواہش گناہ پیدا ہوتی ہے اور وہ زنا، گناہ، فسق و فجور میں مبتلا ہو جاتا ہے اور ایسے معاشرے پر اللہ کا عذاب گرتا ہے“ مجھے ایک اللہ والے مجذوب، چلتے ہوئے راستے میں ملے، اپنے وقت کے بڑے باکمال درویش تھے، کہنے لگے کہ ”جہاں شراب اور زنا عام ہوگی وہاں خون کی ندیاں نہیں گی“ مجھ سے کہنے لگے کہ ”جہاں جہاں مسلمانوں کے خون کی ندیاں بہہ رہی ہیں ان کی زندگی یہ غور کر لینا فقیر کی بات یاد آ جائے گی!“ یہ بات سن کر گیا تو ایک پٹھان آگیا میرے پاس علاج کیلئے اس وقت عراق پہ تازہ حملہ ہوا تھا (ہم اصل کی طرف نہیں جاتے اور گالیاں دیتے ہیں امریکہ کو، پھر گالیاں بھی دیتے ہیں اور لائین بھی لگاتے ہیں ان کی انجیسپیوں (سفارت خانوں) میں، جا کے لاشیاں بھی کھاتے ہیں لیکن اپنی اصل کو ٹھیک نہیں کرتے) ہم نے بھی ان کیلئے ہدایت کی دعا بھی کی ہے؟ کہ جب آقا

ﷺ نے قیامت کے دن کے پوچھا کہ یہ میری امت تھی اور تو نے کبھی نفل پڑھ کے ان کیلئے دعا بھی کی تھی کہ اے اللہ! ان کو ہدایت دے دے، اے اللہ ان کو ایمان نصیب فرما دے اور جنت میں ہمیں اور ان کو اکٹھا کر دے یاد رکھنا! آج ایک نقطہ بتا رہا ہوں کہ مؤمن کے دل میں ہر شخص کیلئے خیر خواہی کا جذبہ ہوتا ہے، مؤمن کے دل میں کسی کافر کیلئے کسی شرابی کیلئے، کسی ہیر دہی کیلئے نفرت نہیں ہوتی اس کے عمل سے نفرت ہوتی ہے اس سے نفرت نہیں ہوتی، یاد رکھنا۔

عرض کر رہا تھا کہ ایک پٹھان آگیا میرے پاس، کہنے لگا کہ میں کمانے گیا تھا روزگار کیلئے فلج کے ملکوں میں لوگ جاتے ہیں۔ تو کہنے لگے کہ میں نے عراق کی چوبیس سال پہلے حالت دیکھی تھی وہ یورپ کو بھی پیچھے چھوڑ گئے تھے، میں نے وہاں سڑکوں پر عجیب و غریب چیزیں دیکھیں۔ یہ تو میں چوبیس سال پہلے کا نظام تھا اب کیا ہوگا؟ ایک صاحب مجھے لے دے لبنان اور بیروت گئے کہتے ہیں وہاں پر میں نے نجاشیں دیکھیں، ہم برسے، سب کچھ ختم ہوا! کچھ بچا لبنان البیروت کا؟ میرے دوستو جب اللہ کی نافرمانیاں آتی ہیں تو اللہ تعالیٰ کے عذاباں ٹوٹتے ہیں۔ فرمایا کیسے ٹوٹتے ہیں؟ فرمایا ایسے ٹوٹتے ہیں جیسے تیج ٹوٹتی ہے اور اس کے دانے بکھرتے جاتے ہیں۔

دیکھیں اگر کسی کسے کو پتھر مارا جائے تو وہ پتھر کو کاٹے گا کہ پتھر مارنے والے کو؟ جب مسلمان اعمال چھوڑتا ہے تو وہ جانوروں سے بھی بدتر ہو جاتا ہے۔ اے مسلمان یہ جو تیرے اوپر عذاباں کے پتھر آرہے ہیں، تو ان کو کاٹنے کے بجائے، اس اللہ کی طرف رجوع کر جو عذاباں بھیج رہا ہے۔ اس کیلئے حدیث کے الفاظ بھی ہیں۔ فرمایا ہفوم ہے، جب بندہ کہتا ہے، یارب، یارب، یارب اوپر سے آواز آتی ہے، میرے بندے تو اپنی زندگی بدل، میری مدد بھیجے آئے گی۔ ہم اپنی زندگی بدلنے کو تیار نہیں ہیں اور اللہ کا قانون بدلوانے کو تیار ہیں۔ اللہ کا قانون نہیں بدلے گا، یاد رکھنا! ارے چھوٹی سی بات بتاؤں کہ جنگ کے موقع پر آپ ﷺ جو اللہ کے اولی العزم پیغمبر ہیں، جو اس میں شک سمجھے میرے نزدیک اس کے ایمان میں خلل ہے۔ آپ ﷺ نے صحابہ کرام کو فرمایا کہ یہاں سے مت ہٹنا (یعنی جب تنک میں حکم نہ دوں) لیکن صحابہ کرام رضوان اللہ علیہم اجمعین کے سمجھنے میں چھوٹی سی غلطی ہوئی، نافرمانی نہیں ہوئی یاد رکھنا۔ بس آقا ﷺ کے ہوتے ہوئے 70 صحابہ کرام شہید ہو گئے، مشرکین نے پیچھے سے حملہ کیا اور آقا ﷺ کے جسم میں لوہے کی کڑیاں اور تیریں اور دندان مبارک شہید ہو گئے اور ایک جگہ قرآن نے واقعہ بیان کیا کہ صحابہ کرام کہنے لگے کہ اب تو ہم کثرت میں ہیں، ادھر اللہ سے نظر تھوڑی سی ہٹی، آقا ﷺ کے ہوتے ہوئے اللہ نے شکست کے نقشے بنائے اور صحابہ کرام خود کھ رہے تھے کہ

ہم ایسے دوڑ رہے تھے کہ کوئی جانے نہ پتا نہ تھی، اور جب صحابہ نے دیکھا کہ مشرکین بھاگ رہے ہیں تو خود ہی نیچے اتر آئے اور ادھر سے مشرکین نے چیخے پلٹ کر دوبارہ حملہ کر دیا اور آقا ﷺ کی موجودگی میں 70 انمول صحابہ شہید ہو گئے اور پھر وہی قوت جب اللہ کی طرف متوجہ ہوئی تو اللہ جل شانہ نے سارا فتح کا نقشہ بنا دیا۔

یاد رکھئے میری یہ چیز کہ سب سے پہلے یہ چھوٹے چھوٹے نظام خراب ہوتے ہیں اور پھر بڑی بڑے نظام خراب کرتے ہیں۔ بیت الخلا کی زندگی کو میں نے ایسے ہی بیان نہیں کیا۔ ادھر ستر کھلا اور شیاطین، جنات خبیث متوجہ ہوئے، ناجائز گناہ کی خواہشات پیدا ہوئیں یہ گناہ کی طرف مائل ہوا، گناہ کا معاشرہ بنا اور اللہ کا عذاب ٹوٹا تو چھوٹے سے گناہ سے بڑا نظام خراب ہوا، اگر یہی میرا چھوٹا سا نظام ٹھیک ہو جائے، چھوٹا سا نقطہ ٹھیک ہو جائے ایک چھوٹا سا عصیان، چھوٹی سی تکلیف اور چھوٹی سی غلطی کو درست کر لے تو کتنے بڑے نقصان سے یہ معاشرہ بچ جائے گا۔ اگر ہر فرد اس کی بہتری میں لگ جائے۔ فرد سے معاشرہ بنتا ہے۔ افراد سے معاشرہ بنتا ہے تو کیا خیال ہے اللہ کی نظر میں ہماری عزت ہوگی کہ نہیں؟ ارے بھی! وہی قرآن ہے، وہی ایمان ہے، وہی رب ہے، ہمارے ایک ڈاکٹر تھے ہنوز باللہ کہنا نہیں چاہتے، کہتے تھے، ہمارا رب بوڑھا نہیں ہو گیا ہے بلکہ وہی ہے، اسکی مدد وہی ہے، اس کی طاقت وہی ہے، اس کی قوت وہی، ارے میرے دوستو! قرآن کی زیر بر میں فرق نہیں، وہی ہے، ارے ہم بدل گئے ہیں!! اللہ نہیں بدلا۔ وہی میرا رب کہتا ہے میرے بندے تو بدل جا تھو اس سنبھل جا پھر دیکھ میں اپنی نظر بدلتا ہوں، مجھے قرآن کی یہ سورت بڑی اچھی لگتی ہے کہ

”اِذَا جَاءَ نَصْرُ اللّٰهِ وَالْفَتْحُ وَرَأَيْتَ النَّاسَ

يَذْخُلُونَ فِي دِيْنِ اللّٰهِ اَفْلَوْحًا“

اگر تو بدلے گا تو، دین میں فوجوں کی فوجیں داخل کر دوں گا اور اگر تو بدلے گا میرے مقام سے، روگردانی کرے گا میرے حکم سے، تو دین سے فوجوں کی فوجیں نکال دوں گا، لوگ مرتد ہو جائیں گے، ایمان چھوڑ بیٹھیں گے اور آخری وقت میں فرمایا کہ لوگ ایمان کی زندگی چھوڑ بیٹھیں گے اور جو صحابہ کو مسلمان ہو گئے وہی شام کو کافر ہو گئے اور ایمان کو بچانا مشکل ہو جائے گا وہی دور ہے، اپنی چھوٹی چھوٹی ان چیزوں کو اپنے چھوٹے چھوٹے اس نظام کو، میرے دوستو سمجھائیں تب ہی اللہ کی نظر میں ہماری عزت، وقار، وجاہت و شان و شوکت ہوگی۔ ہم چھوٹی سی چیز سے ہی پھسلتے ہیں چھوٹی سی چیز کو چھوڑتے ہیں چھوٹا سمجھ کے، ایک صاحب کہنے لگے کہ آپ کو تو سنتوں کا ہیضہ ہو گیا ہے، جو ساتھ بیٹھے تھے کہنے لگے کہ آپ کی بات ٹھیک ہو یا نہ ہو لیکن آپ کا لہجہ گستاخانہ ہے، تو اپنے ایمان کی تجدید کر، ارے ظالم تو نے یہ کہا کہ ”سنت ہی تو ہے“ یاد رکھنا میرے آقا ﷺ کی کوئی بھی سنت کمتر نہیں، آقا ﷺ کی ہر سنت اعلیٰ، میرے آقا ﷺ کا ہر ارمان اعلیٰ، میرے آقا ﷺ

نے جو دیکھا وہ بھی اعلیٰ، میرے آقا ﷺ نے جو نہیں دیکھا، جو سنا، جو فرمایا، ان کا قول، ان کا فعل، ان کا قول، ان کا قال، انکی خلوت، انکی جلوت، انکا اٹھنا، ان کا بیٹھنا، ان کی محبت، ان کی مروت، ان کی مرحیت، ان کا خصمہ ارے! یہ ساری چیزیں اعلیٰ و ارفع و بالا و اعلیٰ ہیں۔ اگر کوئی ایک چیز (سنت) کو لے گا وہ کامیاب جو دوسری کو لے گا وہ اس سے بڑا کامیاب جو تیسری چیز کو لے گا وہ اس سے بڑا کامیاب جو چوتھی چیز کو لے گا وہ اس سے بڑا کامیاب جو آقا ﷺ کے سارے نظام (مسنون زندگی) کو لے گا اللہ کی قسم وہ کامیاب ہی کامیاب ہے۔ رب الکعبہ کی قسم، میں کامیاب ہوں۔ ایک صحابی کو تلوار لگی شہید ہوئے اور آخری وقت میں انہوں نے یہ الفاظ کہے اور مشرک، کافر، یہودی نے یہ سنا، کہنے لگے یہ مر گیا اور آخری بار کہہ گیا کہ میں کامیاب ہو گیا، یہ کیسی کامیابی تھی اس نے کہا اسکی کامیابی یہ تھی کہ اسنے جان اللہ کیلئے دی۔ اس نے زندگی اللہ کیلئے گزاری تھی، زندگی گزارتے گزارتے آخر وہ جان اللہ کیلئے دی وہ کہتا ہے، اے اللہ! جان تو تیری تھی اور تجھے دے دی، بس میں کامیاب ہو گیا کہ تیری امانت تجھے لوٹا دی۔ میں کل بھی دوستوں سے عرض کر رہا تھا کہ یہ بے برکتی کا دور ہے (یقینی باتیں کہہ رہا ہوں یاد رکھنا) بے برکتی کا دور ہے چالیس سال کی عمر ہوئی ہے تیری، 60 سال کی، 20 سال، 50 سال کی، سچ بتا گزرتے پتہ چلا، ایک حدیث بتاتا ہوں علامات قیامت میں بخاری شریف میں صحاح ستہ میں ہے کہ سرور کو نبین ﷺ نے فرمایا کہ ”قرب قیامت میں سال ایسے ہونگے جیسے مہینے ایسے ہونگے جیسے دن اور دن ایسے ہونگے جیسے شرارہ۔ شرارہ، چنگاری یوں چمکتی ہوگی اور آگنی اور ختم ہوگی۔

چھوٹا تھا اک ہوا کا آیا چلا گیا پوچھو نہ مجھ سے دوستو باتیں شباب کی یوں رات گزرنی سچ بتائیں پتہ چلا ہے آج کا دن گزرا پتہ چلا، یوں رات گزرنے کی سچ ہو جائے گی پتہ نہیں چلے گا۔ بے برکتی کا دور ہے قرب قیامت ہے ایک بزرگ تھے باسی روٹی بھی کھا لیتے تھے تازہ کھاتے تھے اکثر باسی روٹی کھا لیتے تھے کسی نے پوچھا باسی کیوں کھاتے ہو؟ بتایا کہ اس کے ساتھ مکلی والے ﷺ کا دور ملا ہوا ہے، ہر دور جتنا آگے ہوتا جا رہا ہے حضور ﷺ کے دور سے دور ہوتے جا رہے ہیں جتنا سرور کو نبین ﷺ کے دور سے دور ہوتے جا رہے ہیں اتنی برکتیں کم ہوتی جا رہی ہیں، اس لئے اکثر عرض کرتا ہوں کہ کہیں کثرت پتہ نہ جانا، برکت پتہ نہ جانا ہم نے زیادہ کو برکت سمجھا ہے اصل ایسا نہیں ہے برکت کے موضوع پر پھر بھی بات کریں گے۔

آخر میں یہ کہ اپنی بیت الخلا کی زندگی کو سمجھیں اسے مسنون بنائیں گناہوں سے، پریشانیوں سے، عذاب سے، رزق کی تنگیوں سے، معاشی مشکلات سے، جسمانی بیماریوں سے، جنات کی بیماریوں سے، اپنے آپ کو بچائیں، اپنی بات بتاؤں میں ایک دن بیٹھا ایک عامل سے باتیں کر رہا تھا ٹیلیفون پہ، کسی اور شہر میں، اسے میں نے خود ٹیلیفون کیا

میں نے اس سے پوچھا کہ سچ بتاؤ بڑے تجربہ کار آدمی ہو اس وقت جناتی معاملات جتنے زیادہ ہیں اب سے پہلے تھے؟ کتنا میں تو نے پڑھی ہیں کچھ میں نے بھی پڑھیں اور کچھ جنات پر لکھی بھی ہیں جادو یہ کیا خیال ہے کہ یہ سب کچھ اب سے پہلے بھی ایسے ہی تھا؟ کہنے لگا بالکل نہیں تھا۔ ابھی تو جنات، ہماری ہر جگہ موجود ہیں انسانوں سے کئی گنا زیادہ قابل کے قابل رہتے ہیں۔ راولپنڈی میں ایک صاحب ہیں یہ اڈہ ہے پیر دھانی وہاں پتہ نہیں پہلے وہ کیا کچھ کرتے تھے، تو وہ عامل بن گئے مختصر یہ ہے میں نے اس سے پوچھا کہ تو عامل کیسے بناس لے کہا ”جنات پاگل ہوئے پھر رہے ہیں“ سنیں سنیں بالکل ان پڑھ قلی تھا، چری تھا، پیر دھانی بہت بڑا اڈہ تھا وہاں وہ ادھر سے ادھر سامان اٹھاتا تھا، بیوی اکثر اس سے جھگڑا کرتی کہ گھر پر خرچہ نہیں دیتا۔ اور اب اس شخص کی بیٹی سے سوات چارو مکین چل رہی ہیں، کہتا ہے کہ پہلے لوگ دیتے نہیں تھے اور پھر میں نے صندوق رکھ دیا اور اس پر لکھا ”سایاں دی نیاز دہی پائی جاؤ، پائی جاؤ، سایاں منگدے نیں“ کہنے لگا کہ جنات پاگل ہوئے پھرتے ہیں، جو میں کہنا چاہتا ہوں اس کا کلب لپا یہ ہے کہ ”جنات پاگل ہوئے پھرتے ہیں“ آپ یقین کیجئے وہ دین کی زندگی میں نہیں ہے لیکن اس نے اپنی زندگی کے تجربات کا نچوڑ بتا دیا، کہنے لگا کہ ”جب سے ہم نے دعائیں چھوڑی ہیں ہم سے جنات کا حصار ہٹ گیا ہے، ہم سے حفاظت والے فرشتے ہٹ گئے ہیں“ حدیث کے الفاظ ہیں کہ انسان کی ہر وقت چھ یا سات فرشتے حفاظت کرتے رہتے ہیں، اگر یہ حفاظت وہ چھوڑ دیں تو ایسی مخلوق رذی ہے، جو نہیں نظر نہیں آتی، آدمی کی بوٹیاں کر دیں ارے پھر ایک عجیب بات، فرمایا کہ اس آنکھ کی نو (9) فرشتے حفاظت کرتے ہیں اس آنکھ سے ہم رب کو کتنا ناراض کرتے ہیں، حضرت ابو عبیدہ بن جراحؓ بہت بڑے صحابی ہیں قلعہ فتح نہیں ہو رہا تھا روم کا، کافی عرصہ ہو گیا، حصار کے ہوئے قلعہ کے اندر جو رومی تھے کافر تھے کہنے لگے کہ ”یہ چھوڑنے والے نہیں ہیں، مسلمان ہیں متوکل ہیں فائے آسمان گے لیکن ہمیں چھوڑیں نہیں گے۔ ان کا ایک اور صل ہے کہ ہم اپنے قلعے کا وہ دروازہ کھولیں جو بازار کی جانب کھلتا ہے اور بازار میں جگہ جگہ سنگھار کئے حسین و جمیل خوبصورت عورتیں بٹھا دیں اور ان عورتوں کو سمجھائیں کہ جب مسلمان تمہاری طرف دیکھیں تو تم ان کو مائل کرنا اور اگر وہ تمہیں مائل کریں تو تم بھی ان کے ساتھ فوراً مائل ہو جانا کیونکہ مسلمان جب کئے، موسیقی، شراب، عورت اور شعر و شاعری کی طرف مائل ہوتا ہے تو یہ بے جان ہو جاتا ہے!!

(بقیہ حصہ صفحہ نمبر 14 پر ملاحظہ فرمائیں)

توجہ طلب: ہر منگل کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت واس“ میں حکیم صاحب کا درس ہوتا ہے اس میں اپنی روحانی ترقی کے لئے شرکت فرمائیں اگر شرکت نہیں کر سکتے تو اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کے لئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت اختیار کیجئے۔ حکیم صاحب کی طرف سے اس کی ہر خاص و عام کو اجازت ہے۔

سُنّت نبوی ﷺ مسواک اور جدید سائنس

مسواک، دانت اور کان

بعض ایسے مریضوں پر اطباء کے مشاہدات میں کہ جن کے کانوں میں ورم پیپ سرخی اور درد کی کیفیت پائی جاتی تھی بہت علاج کرائے لیکن بالکل افادہ نہ ہوا تحقیق و تشخیص پر معلوم ہوا کہ مریض کے مسوڑھوں میں پیپ پڑ چکی ہے جب مریض کے مسوڑھوں کا علاج کیا گیا تو مریض بالکل ٹھیک ہو گیا

مسواک، دانت اور بصارت

دانتوں کے امراض کا بصارت اور امراض چشم سے گہرا تعلق ہے دانتوں کی پیپ یا دانتوں کے خلاؤں میں جب خوراک کے ذرات پھنس کر متعفن ہو جائیں جس کی وجہ سے آنکھیں امراض و علل میں مبتلا ہو جاتی ہیں تو ضعف بصارت اندھا پن پیدا ہو جاتا ہے آج کل ضعف بصارت کی جہاں اور وجوہات ہیں ان میں ایک بڑی وجہ دانتوں کی طرف سے غفلت ہے اگر دانتوں کو صاف کیا نہیں جاتا ہے تو برش سے کیا برش دانتوں کے لئے مفید ہے یا مضر؟ اس کی وضاحت آگے بیان کریں گے

مسواک، دانت اور معدہ

ماہرین کے تمام تر تجربے اور تحقیق کے مطابق اسی فیصد امراض معدہ اور دانتوں کے نقص اور امراض کی وجہ سے ہوتے ہیں کیوں کہ معدے کی بیماریاں آج کے دور کی علامت بن کر رہ گئی ہیں لیکن جب مسوڑھوں کی پیپ غذا کے ساتھ یا بغیر غذا کے لعاب دھن کے ساتھ ملکر معدے میں جاتی ہے تو یہی پیپ سبب مرض بنتی ہے اور تمام پاکیزہ غذا کو غلیظ اور متعفن بنا دیتی ہے معدے اور جگر کے امراض کے علاج سے پہلے دانتوں کی صحت کا خاص خیال کیا جائے اس طرح امراض معدہ کا فوری اور مستقل علاج ممکن ہے

مسواک، دانت اور معاشرہ

انسان جب کسی مجلس میں شریک گفتگو ہوتا ہے یا سواری میں ہم نشست ہوتا ہے خاص طور پر جہاز کی سواری میں تو اس کی سانس سے بدبو محسوس ہوتی ہے اور ساتھ بیٹھنے والے کی شامت آ جاتی ہے اس طرح اگر ان صاحب کو کھانسی شروع ہو جائے تو پھر تمام فضا معطر ہو کر رہ جاتی ہے اس مرض کا علاج کرتے وقت سب سے پہلے دانتوں کو طوطا رکھا جائے کیونکہ اکثر بدبو کی وجہ دانت ہوتے ہیں ورنہ معدے کا

علاج کیا جائے الغرض صحت اور تندرستی کے لئے دانتوں کی تندرستی اور حفاظت اشد ضروری ہے کیونکہ کامیاب زندگی صحت مند زندگی ہے اور وہ زندگی کبھی کامیاب نہیں ہو سکتی جس میں حفظان صحت کے اصولوں سے بغاوت ہو

برش اور مسواک میں فرق

ایک اہم سوال یہ پیدا ہوتا ہے کہ دانتوں کی صفائی اور حفاظت کے لئے برش ضروری ہے یا مسواک ہم پہلے برش کے محاسن یا مضرات پر بحث کرتے ہیں

برش: ماہرین جراثیم کی برہا برس کی تحقیق کے بعد یہ بات پایہ تکمیل کو پہنچ چکی ہے کہ جس برش کو ایک دفعہ استعمال کیا جائے اس کا استعمال صحت اور تندرستی کے لئے اس وقت مضر ہے جب اس کو دوبارہ استعمال کیا جائے کیونکہ اس کے اندر جراثیموں کی تہہ جم جاتی ہے اگر اس کو پانی سے صاف کیا بھی جائے تو جراثیم مصروف نشوونما رہتے ہیں دوسری بات برش دانتوں کے اوپر چمکی اور سفید تہہ کو اتار دیتا ہے جس کی وجہ سے دانتوں کے درمیان خلا پیدا ہو جاتا ہے اور دانت آہستہ آہستہ مسوڑوں کی جگہ چھوڑتے جاتے ہیں اس غذا کے ذرات خلاؤں میں پھنس کر مسوڑوں اور دانتوں کیلئے نقصان کا باعث بنتے ہیں

مسواک: ہر اس لکڑی کا مسواک دانتوں کے لئے موزوں ہوتا ہے جس کے ریشے نرم ہوں اور دانتوں کے درمیان خلاؤں کو زیادہ نہ کریں اور مسوڑوں کو زخمی نہ کریں لیکن ان میں سب سے زیادہ اہم تین قسم کی لکڑی کے مسواک ہیں

1... پیلو 2... کبیر 3... نیم یا کبیر کے مسواک

پیلو کا مسواک

مسواک سنت نبوی ہے دراصل ہر نماز سے پہلے اس کا استعمال دین اسلام میں لازم سنت نبوی ہے اگر اس کے اثرات اور فوائد کو دیکھا جائے تو اس کے ریشے نرم ہوتے ہیں اور اس کے اندر کشیم اور فاسفورس پایا جاتا ہے پنجاب کے علاقوں میں یہ درخت اکثر شور اور کلر زدہ اور ویران علاقوں میں پایا جاتا ہے اور ماہرین ارضیات کی جدید تحقیق سے یہ بات ثابت ہوتی ہے کہ دماغ کی خوراک اور معاون جہاں اور بہت سی چیزیں ہیں وہاں فاسفورس بھی ہے اور یہ فاسفورس لعاب اور مساموں کے ذریعے تک پہنچتا

ہے اس لئے دماغ طاقت ور اور توی ہوتا ہے

دائمی نزلہ اور مسواک

دائمی نزلہ کے وہ مریض جن کا بلغم رکا ہوا ہوتا ہے جب وہ مسواک استعمال کرتے ہیں تو بلغم اندر سے خارج ہوتا ہے جس سے دماغ ہلکا ہوتا ہے ایک پتھا لو جسٹ (pathologist) کہنے لگے میرے تجربے اور تحقیق میں یہ بات واضح ہو چکی ہے کہ مسواک دائمی نزلے کیلئے تریاق ہے حتیٰ کہ اس کے مستقل استعمال سے ناک کے آپریشن اور گلے کے آپریشن کے چانس (chance) بہت کم ہو جاتے ہیں۔

دانت اور مسواک

زندگیوں کے تجربات اور مشاہدات کا نچوڑ مسکراہٹ دل کی شادمانی اور صوفشانی کے لئے مایہ گراں قدر سے کم نہیں لیکن جب یہی مسکراہٹ نفرت اور کراہت کا سبب بن کر انسان کے لئے الفتوں اور چاہتوں کی ضد بن جائے یعنی جب ایک خوبصورت و خوب سیرت شخص اظہار مسرت میں مسکراتا ہے تو دانت جو کہ انسان کے لئے لذت کام و دھن کا زریعہ بن کر طاقت اور قوت کے لئے ممدو معاون ثابت ہوتے ہیں وہی دانت اس انسان کی غفلت اور لاپرواہی کا یقین ثبوت ہوتے ہیں یعنی نا صاف گندے پیلے میلے دانت انسان کے لب پر معاصی اور زبان ستیاناسی کے درمیان عیاں ہوتے ہیں۔

صحت اور درازی عمر کے لئے شروع ہی سے انسان کو شایاں و سرگرداں نظر آتا ہے لیکن ذکی افس اور صاحب عقل و خرد شخصیات کو دیکھا تو دانت نا صاف نظر آئے آئیے ہم مشاہدات اور تجربات کی روشنی میں اس بات کی وضاحت کرتے ہیں کہ دانتوں کی صفائی سے غفلت انسان کو کن گونا گوں امراض سے ملا دیتی ہے اگر کوئی منجھن دیسی طریقے سے بنا ہوا جس میں تیز ادویہ شامل نہ ہوں تو بھی دانتوں کے لئے مفید ہے لیکن جو اثرات کبیر پیلو یا نیم کے مسواک میں پائے جاتے ہیں وہ کسی اور چیز میں نہیں پائے جاتے ہیں۔ (بحوالہ سنت نبوی اور جدید سائنس جلد اول: از مدیر) (مسواک پر مزید تحقیق آئندہ ملاحظہ فرمائیں)

تنبیہ: ماہنامہ ”عبقری“ فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے لہذا فرقہ وارانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔

دوائی کے چند قطروں سے پیٹائٹس کا یقینی علاج

ایسا آسان اور سستا ٹونکہ جسے آپ خود بھی گھر میں بنا سکتے ہیں

موچی کے پاس گئے۔ اس نے نسخہ دینے سے صاف انکار کر دیا کہنے لگا دوا جتنی چاہو لے جاؤ لیکن نسخہ نہیں دوں گا حکیم صاحب خاموش واپس آ گئے اور ایک انوکھی ترکیب حصول نسخہ کیلئے استعمال کی۔ ان کا سالا ہیر وٹن کی وجہ سے اس کے گھر والے اس سے تنگ تھے موٹر سائیکل پر بیٹھا کر اس موچی کا کھوکھا دکھا کر لائے کہ وہ دوائی موچی اپنے ساتھ پرانی پٹنی میں رکھتا تھا اس نے ہیر وٹن کو کہا کہ تجھے روز پڑی دوں گا لیکن اس موچی کی وہ پوٹلی کسی طرح چرا کے لے آ۔

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجددی چغتائی

بہر وٹن کو ہیر وٹن ہی چاہیے اور کیا چاہے چند دنوں میں مستقل منڈلانے کے بعد وہ پوٹلی حاضر کر دی جب اس کو کھولا تو اس میں سے ایک ہی دوائی نکلی جو کہ پٹناریوں کی دکان سے ”بندال ڈوڈا“ کے نام سے عام مل جاتی ہے۔ تھوڑی سی دوائی لیکر رات کو گرم پانی میں بھگو دیں صبح وہی پانی ڈراپس میں بھر کر یا دیسے ہی ناک میں چند قطرے ڈالیں دونوں طرف ناک سے تھوڑی ہی دیر میں پانی بہنا شروع ہو جائے گا۔ یہ عمل دن میں کم از کم تین بار کریں یہی پانی دن میں صبح شام ایک گلاس پینیں حیرت انگیز طور پر یرقان حتی کہ کالا یرقان بھی ختم ہو جاتا ہے۔ ایک نہیں کئی مریضوں پر یہ آزمائش ہو چکی ہے لا جواب تحفہ ہے۔

طافتی

مایوس از دوا جی زندگی کے لئے۔ طافتی علاج حضرات جب زندگی بے لطف ہو جائے۔ صحت، طاقت اور عارضی نہیں مستقل توانائی کے لئے۔ صرف شادی شدہ کمزور مردوں کے لئے غیر شادی شدہ استعمال نہ کریں نقصان یا سائڈ افیکٹ نہیں بلکہ غیر شادی شدہ برداشت نہیں کر سکتے۔ طافتی کے سائڈ افیکٹ نہیں۔ اعصابی کمزوری جلدی تھک جانے والے لوگوں کے لئے خوشخبری۔ کمر کے درد اور پٹھوں کے کھجواؤ اور پریشان لوگوں کے لئے لا جواب۔ ذہنی دباؤ، تیش اور ڈپریشن کے مریض ضرور استعمال کریں۔ معدے کے نظام اور جگر کی اصلاح کھانے کو جزو بدن بنانے کے لئے۔ پتہ لکھا ہوا جوابی لفاظی بھیج کر خواص طافتی مفت حاصل کریں۔

جگر کے امراض اس وقت دنیا کے ان امراض میں سے ہیں جو لا علاج تو نہیں لیکن خطرناک بیماریوں میں اس کا شمار ضرور ہوتا ہے۔ جگر کی بیماریوں میں خاص طور پر پیٹائٹس جگر کا کینسر، جگر کا سسٹر جانا یا پھول کر پھٹ جانا وغیرہ شامل ہیں۔ زیر نظر نسخہ یرقان، پیٹائٹس کیلئے بہت مفید ہے۔ ایک حادثاتی نسخہ ہے حادثاتی اسلئے کہ اچانک ایک موٹر پر یہ ٹونکہ حاصل ہوا۔ ایک سفر کے دوران ٹرین میں کچھ لوگ بیٹھے ہوئے تھے ادھر ادھر کی باتیں، میں نے سوچا کہ کیوں نا ان کا رخ طبی تجربات و مشاہدات کی طرف پھیر دوں۔

ان سے عرض کیا آپ کی اتنی زندگی گزری ہے۔ کسی بھی مرض کا کوئی نسخہ، ٹونکا حکایات واقعہ، مشاہدہ یا کوئی تجربہ اگر پیش آیا ہو تو بتائیں مختلف لوگوں نے اپنے مشاہدات بتائے ایک صاحب نے اپنا تجربہ کچھ یوں بیان کیا، کہنے لگے حکمہ سوئی گیس میں ملازم ہوں مجھے کوئی حکمت کا یا جزی بوٹیوں کا شوق نہیں لیکن ایک مشاہدہ ایسا ہے جسے میں فراموش نہیں کر سکتا وہ یہ ہے کہ میرے ایک دوست کو یرقان ہو گیا۔ ہم ایک ہی حکمہ میں ملازم تھے۔ ڈراپس، انجکشن، ادھر ادھر کی ادویات بہت استعمال کرائیں مرض کم ہو جاتا لیکن پھر غالب آ جاتا ختم نہیں ہو رہا تھا۔ تنخواہ دار آدمی آخر کرب تک اتنا خرچہ برداشت کرتا بڑے علاج کو چھوڑ کر چھوٹی چھوٹی ادویات استعمال کرنا شروع کر دیں اسی اثناء میں ایک ملنے والے کے ذریعے سے معلوم ہوا کہ جیمبر لین روڈ پر ایک موچی یرقان کی دوائی مفت دیتا ہے بے شمار مریض ٹھیک ہوئے ہیں۔ خود بتانے والا بھی اسی مرض میں مبتلا تھا وہ بھی تندرست ہو گیا میں اپنے دوست کو لیکر گیا۔ اس کے پاس دوائی میں بیٹھا ہوا ایک پانی تھا وہ ناک میں ڈالا اور تھوڑی ہی دیر میں ناک میں سے پیلا پانی نکلنا شروع ہو گیا اور دھیر سا رانکلامزید ساتھ کچھ پانی دے دیا کہ یہ تھوڑا تھوڑا ناک میں چند بار ڈالتے رہیں بالکل تندرست ہو جائیں گے ہم نے اس موچی کی سوروپے کی خدمت کی اور ہمارا مریض تندرست ہو گیا۔

میرے ایک جاننے والے ایبٹ آباد کے حکیم ایک دفعہ دفتر آئے انہیں میرے دوست کی بیماری اور علاج معالجہ کی داستان کا علم تھا جب انہوں نے سنا کہ ایک موچی کے علاج سے اتنا فائدہ ہو گیا حیران ہوئے اسی وقت اس

اہم گھریلو ٹونکے

مسور کی دال: مسور کی دال کو پکانے کے بعد آخری چند منٹوں میں اگر تھوڑا سا دودھ ڈال دیا جائے تو دال کے مضر اثرات زائل ہو جاتے ہیں۔

جلا ہوا سالن اور دہی: کبھی کبھی ایسا ہوتا ہے کہ سالن اتنی بری طرح جل جاتا ہے کہ سالن کے جل جانے کے نقصان کے ساتھ ساتھ جلی ہوئی دہی کو دھونا بھی ایک مسئلہ نظر آتا ہے۔ ایسی صورت میں ایک انتہائی آسان ٹونکہ ہے جو بار بار آزمایا بھی ہوا ہے وہ اس طرح کہ جلی ہوئی دہی میں پانی ڈال کر چولہے پر رکھیں اور ساتھ ہی دو تین چائے کے چمچ نمک ڈال دیں، چند بال آنے پر اتار لیں اور پانی گرا دیں تمام جلے ہوئے ذرات نرم ہو کر اتر چکے ہونگے اب دہی وغیرہ سے مانجھ لیں بالکل صاف ستھری ہو جائے گی دوسرا ٹونکہ یوں ہے کہ جلی ہوئی دہی میں پانی ڈال کر چولہے پر رکھ دیں اور ساتھ ہی ایک پیاز ڈال دیں چند بال آنے پر اتار کر دھو لیں۔

اسٹیل کے برتنوں میں چمک: گھر میں اسٹیل کے برتن یا کوئی ایسی چیز ضرور موجود ہوتی ہے کہ جو اسٹیل کی بنی ہوئی ہو، مثلاً سیٹلی، ٹوسٹر، اسٹری اور ساس پین وغیرہ۔ ان پر اگر دھبے نظر آئیں تو ان کو چمک دمک دینے کیلئے ایک آزمودہ ٹونکہ یہ ہے کہ ہلکے گیلے پر بیکنگ سوڈا لگا کر برتن پر رگڑیں اور پھر گیلے اسپورج سے صاف کر کے خشک کپڑے سے پونچھ لیں، بالکل چمک اٹھیں گے۔

انڈے والی پلیٹ کی بو: ناشتے کے برتن جب دھوئیں اور اسی اسفنج سے اگر انڈوں والی پلیٹ بھی اگر دھولی جائے تو انڈے کی بساند سارے برتنوں اور خاص طور پر پانی کے گلاسوں میں سے آنے لگتی ہے جو بہت ہی ناگوار محسوس ہوتی ہے۔ اس کا آزمودہ ٹونکہ یہ ہے کہ چائے کی پتی جب چائے والی سے نکالیں تو اس پتی سے پلیٹ کو صاف کریں اور پھر صاف پانی اور صابن سے دھولیں۔ پتی ملنے سے انڈے کی بو دوسرے برتنوں کو نہیں لگے گی۔

چیونگم کو اتارنا: کسی کپڑے، قالین یا سر کے بالوں پر چیونگم لگ جاتا ہے تو اسے اتارنا بہت مشکل ہو جاتا ہے لیکن اگر اس کپڑے کو پلاسٹک کے لفافے میں ڈال کر فریژ میں رکھ دیا جائے تو جب چیونگم ٹھنڈی ہو کر اکڑ جائے گی تو بہت آسانی سے اسے پکڑ کر اتار دیں۔ اگر کپڑا بہت بڑا ہو یا کوئی قالین یا سر کے بالوں کو لگ جائے تو پھر برف کی ڈلی کو لے کر اس پر پٹیں تاکہ وہ خوب ٹھنڈی ہو کر اکڑ جائے اب اسے آسانی سے اتار دیں۔

جنات سے سچی ملاقاتیں

قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو تو ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوار لیں گے۔

آوازِ غیب

یہ واقعہ موضع دھوگری ضلع جالندھر (بھارت) میں دور کے رشتے سے میرے ماموں خان امین علی اکبر مرحوم کو پیش آیا تھا۔ انہوں نے تقریباً ۴۰ سال پہلے خود مجھے سنایا تھا جالندھر کیریاں برانچ لائن پر جالندھر جکشن سے تقریباً آٹھ میل کے فاصلے پر پہلا ریلوے اسٹیشن موضع دھوگری کا تھا۔ اس گاؤں کی تمام آبادی مسلمانوں کی تھی۔ زمیں بے حد زرخیز، گندم اور مکد کے علاوہ پوست بھی کاشت ہوتا تھا۔ پوست کا کھیت جب پھول پڑتا ہے تو حد نظر تک پھولوں کی چادر بکھی ہوئی معلوم ہوتی ہے۔ دلکشی اتنی کہ دیکھتے ہی رہ جائے لیکن اس کے بور کا مرحلہ پوست کے پودے کو پالی بنادیتا ہے۔ مجھے ٹھیک نام تو معلوم نہیں لیکن اس پودے کے بیج جن کو خشک کہا جاتا ہے۔ ایک پتلے جھلکے والے غبارہ نما خول میں بند ہوتے ہیں جسے عام زبان میں وہاں ڈوڈا کہتے تھے۔ یہ ڈوڈا جب پکنے پڑتا تھا تو اس کی بیرونی سطح پر شکاف لگا دے جاتے، ان شکافوں سے ایک گہرے رنگ کا مواد رس رس کر جم جاتا تھا اسے کھرج کر علیحدہ کر لیا جاتا تھا۔ یہ خالص انیون ہوتی تھی۔ خشکاش تو عام طور پر غذا اور کبھی کبھی دوا کے طور پر کام آتا تھا ڈوڈے کا خشک جھلکا دوا کے طور پر استعمال ہوتا تھا۔ انیون حاصل کر لینے کے باوجود جھلکے میں کچھ سرور اور اجزاء باقی رہ جاتے تھے۔ خشک جھلکے کو پانی میں بھگو کر جولعاب حاصل کیا جاتا تھا وہ سرور آور ہوتا تھا۔ دھوگری کے چند بڑی عمر کے شرفاء ڈوڈے پینے کی علت میں مبتلا تھے۔

اس پوست نوشی کا ایک واقعہ یاد آ گیا۔ دسمبر کا مہینہ تھا ایک بزرگ کی بیٹھک میں پوست نوشی کی محفل آراستہ تھی۔ صاحب خانہ پر بھی کچھ سرور طاری ہو چکا تھا اور وہ مزید قرح تیار کرنے میں مصروف تھے۔ کہ سنا گئی سے ایک نوجوان بندوق لئے گزرا صاحب خانہ نے آواز دے کر اس کو بیٹھک میں بلالیا پوچھا کہ کہا جا رہے ہو؟ اس نے بتایا کہ مرغابی کے شکار پر بزرگوار نے نوجوان کو تو جانے دیا لیکن بعد میں مزاحیہ انداز میں فرمایا کہ یہ بچے شکار کھیلنا کیا جائیں۔ شکار تو ہم کھیلنا کرتے تھے۔ ایک شکار کا قصہ انہوں نے یوں سنایا۔

مرغابی کے شکار کا موسم شروع ہوتا تو رات کو اپنی نالی بندوق سرہانے رکھ کر سوتا تھا۔ تاکہ علی الصبح شکار کے لئے نکل جاؤں۔ ایک صبح آنکھ کھلی تو قازوں کی آواز کان میں پڑی جو نزدیک آئی جا رہی تھی۔ مجھے شبہ ہوا کہ ہمارے مکان کے اوپر سے گزریں گی بندوق لئے کرچھت پر چلا گیا۔ قازوں کی اڑان

ہمارے گھر کی سمت آرہی تھی۔ جب غول میرے اوپر پہنچا تو میں نے یکے بعد دیگرے دو نالیاں فائر کر دیں۔ دو تین قاز میرے صحن میں گرے۔ نیچے جا کر جلد جلد ذبح کئے بندوق کے دھاکے سے میری بیوی جاگ گئی تھی میں نے کہا کہ ٹیک بختے آج قاز کے گوشت کا ہی تو رساوار پلاؤ پکانا۔

کھانے کا وقت آیا تو میرے بیٹے نے جو اس وقت چار پانچ برس کا تھا، ایک مصیبت کھڑی کر دی کہ روٹی دال سے کھاؤں گا۔ بہت بہلایا پھسلا یا لیکن وہ اپنی ہال جٹ پر اڑا رہا کہ کھانا کھاؤں گا تو دال سے ورنہ نہیں کھاؤں گا۔ مجبوراً ہم نے تھوڑا دال دے۔ میں نے بیوی سے کہا کہ بڑوں کے کسی گھر سے تھوڑی سی دال لے آؤ۔ وہ کچھ دیر کے بعد واپس آئی لیکن دال کے بغیر، کہنے لگی سارا محلہ جھان مارا سب کے ہاں قاز ہی پکے ہیں۔ ہر گھر سے یہ معلوم ہوا کہ کچ نماز کے وقت دو دھاکے ہوئے اور ہر گھر میں ایک یا ایک سے زائد قاز گرے تھے۔ تو بھی ہم تو ایسا شکار کھیلنا کرتے تھے۔

بات ماموں امین کی ہو رہی تھی، میں درمیان میں اور قصہ لے بیٹھا۔ بہر کیف اصل موضوع کی طرف آتا ہوں ماموں امین سپرنٹنڈنٹ جیل راولپنڈی کے عہدے سے پنشن پا کر ماڈل ناؤن لاہور کے ایف بلاک میں مستقل رہائش پذیر ہوئے۔ ان دنوں میں بھی عارضی طور پر ان کی کوشی سے چند منٹ کے فاصلے پر ایف بلاک میں ہی مقیم تھا۔ شام کو فارغ وقت میں کبھی کبھی ان کے سلام کے لئے چلا جاتا تھا۔ اللہ اللہ کیا شفیق اور ہمدرد بزرگ تھے۔ چوڑے جھلکے شانے، خوش خوراک اور خوش مزاج بزرگ تھے۔ اصولوں کی سختی سے پابندی کرتے اور کراتے تھے۔ چونکہ ساری عمر شادی نہیں کی اس لئے گھر کا ماحول صاحب بہادرانہ تھا۔ اکثر سونامو تارہتا تھا۔ البتہ گرمی کے موسم میں اس روز بہت گہما گہمی رہتی جب عزیز واقارب آکس کریم پارٹی کے لئے جمع ہوتے آکس کریم بہت لگن سے خود تیار کرتے تھے۔

ایک روز شطرنج کا ذکر آ گیا۔ تو انہوں نے مجھ سے پوچھا تو میں نے کہا جی کھیل لیتا ہوں فوراً حکم ہوا کہ ہر تعطیل کے روز میں ناشتہ ان کے ہمراہ کروں پھر شطرنج کی بازی لگے گی۔ چنانچہ جب تک میں ایف بلاک میں رہا ہمارا یہ معمول جاری رہا۔

ایک روز صبح کے وقت ان کے ہاں پانچا تولان میں بیٹھے ایک زخمی پرندے کی مرہم پٹی کر رہے تھے۔ اس کی حفاظت کے مد نظر ایک بچہ منگوا لیا گیا۔ روزمرہ دغ صاف کر کے دوا لگاتے اور اس کے دانے پانی کا خیال رکھتے۔ تندرست ہونے پر جنگل میں چھوڑ آئے۔

ایک روز ان کی ہمشیرہ کا ملازم سندھ سے ان کے لئے بطور سوغات چندہ بیس کا لے بیتر لے کر پہنچا کالے تیز کا گوشت میری کمزوری تھی۔ میں نے عرض کیا کہ دو چار تیز مجھے مل جائیں۔ لیکن نال دیا۔ دو تین روز بعد معلوم ہوا کہ سارے تیزوں کو جنگل میں چھوڑ آئے ہیں۔ میں نے اپنی محرومی پر مایوسی ظاہر کی تو بہت شفقت سے مجھے سمجھایا کہ جنگل پرندوں کو آزاد کچھ کر مجھے خوش ہوتی ہے۔ ان کی جان کیسے لے لیتا۔ اس کے بعد فرمانے لگے کہ اس کے پس منظر میں ایک اہم واقعہ ہے جو ان کی جوانی کی عمر میں پیش آیا تھا۔ وہ واقعہ ان ہی کی زبانی سنئے۔

”اس وقت میری جوانی کی عمر تھی۔ تعلیم مکمل کر کے ملازمت کی توقع پر اپنے آبائی گاؤں میں انتظار کی گھڑیاں گزار رہا تھا۔ صبح کی سیر کی عادت تھی۔ گاؤں میں پختہ سڑک تو تھی نہیں اس لئے گاؤں کی آبادی کے قریب سے جو ریلوے لائن گزرتی تھی۔ اس کو سیر کے لئے استعمال کرتا تھا۔ ایک روز بائیس کان سے خفیف ساردر ہوا۔ میں نے کوئی اہمیت نہ دی۔ گھر کیلئے آتا رہا مگر درود میں روزانہ کچھ اضافہ ہی ہوتا رہا۔ دھوگری میں کوئی طبی سہولت میرے نہ تھی۔ اس لئے دھوگری سے تین چار میل دور قصبہ علاول پور کے سرکاری ہسپتال سے رجوع کیا۔ ڈاکٹر نے سرسری معائنہ کے بعد بتایا کہ کان کے اندر معمولی سا درم ہے۔ چند دن میں آرام آ جائے گا۔ کان میں ڈالنے کے لئے دوا دے دی۔ دس پندرہ روز یہ علاج جاری رہا لیکن درود میں کمی کے بجائے کسی قدر اضافہ ہی ہوا۔

”ایک مہربان ماہر سرجن جالندھر کے پاس لے گئے۔ ان کے علاج سے بھی آرام نہ آیا۔ تو انہوں نے دہلی کے ایک اسپیشلسٹ کے نام چٹھی دی جس کے ذریعے دہلی کے ڈاکٹر سے ملا انہوں نے بتایا کہ کان کے اندر گہرائی میں ایک زخم ہو گیا ہے۔ اور خراب حالت میں ہے۔ اس کا فوری آپریشن ہے حد ضروری ہے۔ لیکن دہلی میں اس آپریشن کی سہولت نہیں ہے۔ اگر کہیں یہ آپریشن ممکن ہو سکتا ہے تو اس کے لئے واحد جگہ ممبئی ہے فوراً جائے، عارضی طور پر درمیانی عرصے کے لئے کان میں ڈالنے کی ایک دوا دے دی۔

انتہائی غور طلب

کراچی سے ماہنامہ عبقری کو مستقل بنیادوں مرکز روحانیت و امن لاہور میں منتقل کر دیا گیا ہے لہذا آئندہ ہر قسم کے رابطے، منی آرڈر، سرکولیشن، مضامین و خط و کتابت کیلئے لاہور کا استعمال کریں۔ (ادارہ)

عربی

آپ کیوں بے اولاد رہیں!!

پیدا ہوتا ہے۔ LH ہارمون کی زیادتی جسم اصفر بنانے والے دانہ دار خلیات کو قدرے سکیزد رکھتی ہے اور جسم اصفر (CL) سے ضرورت کے مطابق پروجیسٹرون ہارمون کا اخراج نہیں ہو پاتا۔ پروجیسٹرون ہارمون کی کمی کے اثرات فولیکل سٹیجولائٹک ہارمون (FSH) کے اخراج کی طبعی مقدار کو بھی کم کر دیتے ہیں۔ اس طرح ایک طرف تو گرانی جراب کی افزائش سست ہو جاتی ہے اور دوسری طرف LH کی مقدار اخراج بھی تبویض بیضہ کے لئے ناکافی رہ جاتی ہے۔ چونکہ گرانی جراب ایسٹروجن بناتے ہیں ان کی افزائش میں سستی ایسٹروجن ہارمون بننے کے عمل میں رکاوٹ بن جاتی ہے۔ کوئی ایسٹروجن سے ارتقاء پانے والا ایسٹروجن ہارمون اپنے ارتقائی دور کے درمیان میں ٹیسٹوسٹیرون کے ذریعے سے ایسٹروجن میں تبدیل ہو جاتا ہے اور اس عمل میں رکاوٹ ایسٹروجن بننے کے عمل میں بھی خلل ڈال کر اسے مکمل ہو جانے کی بجائے ٹیسٹوسٹیرون کی مقدار میں ہی اضافہ کا باعث بن جاتی ہے۔ یوں نسوانی جسم میں ٹیسٹوسٹیرون کی زیادتی سے مردوں کی طرح جسم پر بال مونے اور سیاہ ہو جاتے ہیں۔ جسم بھاری ہو جاتا ہے، ایام ماہواری کے دورانیے اور حیض کی مقدار بری طرح متاثر ہو جاتی ہے۔ چونکہ طبعی دورانیے ہارمون کی طبعی مقدار کے مطابق ہی رونما ہوتے ہیں اس لئے ہارمون میں طبعی تناسب بگڑ جانے کی وجہ سے نہ تو فولیکل مکمل افزائش پاتے ہیں اور نہ ہی بیضہ کا اخراج عمل میں آتا ہے۔

بیضہ دان کی جسامت: مریض خواتین کے جنسی اعضاء عموماً طبعی حالت میں ہی رہتے ہیں۔ ماسوائے بیضہ دان جن پر کئی آبی سلعات بن جاتے ہیں۔ ان سلعات کی عمومی جسامت 8 ملی میٹر ہوتی ہے۔ تاہم ان سلعات میں سے ایک یا دو سلعات کی جسامت 25 تا 28 ملی میٹر تک بڑھ جاتی ہے اور ان سلعات کی بیرونی جھلی بھی موٹی رہتی ہے۔ ایسے گرانی آبی سلعات میں سے تبویض بیضہ کا عمل رونما نہیں ہوتا لہذا ان کے اندر کا بیضہ طبعی طور پر ناکارہ ہو جاتا ہے۔ تبویض بیضہ کی خاطر ہارمون کا استعمال بیضہ کا اخراج کر بھی دے تب بھی ناکارہ بیضہ کی بار آوری ممکن نہ ہونے کی وجہ سے حمل قرار نہیں پاتا۔ سلعات بیضہ دان کی قطعی تعداد اور جسامت الٹرا ساؤنڈ مشین کے ذریعے جانچی جاسکتی ہے۔

علامات مرض (Symptoms): آبی سلعات والی بیضہ دان طبعی جسامت سے قدرے بڑی ہو جاتی ہے۔ کئی مریض خواتین بیماری کی ابتداء سے لیکر کئی سال بعد تک مقدار حیض اور ایام کے دورانیے میں خاص تبدیلی محسوس نہیں کرتیں اور نہ ہی اس بیماری کے عوارض پر غور کیا جاتا ہے۔ تاہم اولاد نہ ہونے کی وجہ سے معائنہ کروانے پر

بے شمار مرد و عورت جوڑے اولاد کے لئے ترستے پھرتے ہیں بروقت تشخیص اور علاج نہ ہونے کی وجہ سے رحمت خداوندی سے ابھی تک محروم ہیں۔ اس مضمون میں بے اولاد عورتوں میں عارض ہوئیوالے عام مرض کے حوالہ سے مختصر بحث کی گئی ہے۔

بے اولاد عورتوں کا مخصوص مرض پولی سسٹک اووریز یا بیضہ دان کی آبی سلعات: بے اولاد عورتوں کے بیضہ دان پر آبی سلعات یعنی پانی بھری تھیلیوں (Follicular Cysts) کا مرض عام پایا جاتا ہے۔ شادی شدہ عورتوں میں حمل قرار نہ پانے کی وجوہات میں سے آبی سلعات بیضہ دان نہایت اہم ہے۔ مرض کا بروقت علاج کرنے سے ہی اس پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ مرض پرانا ہو جائے تو علاج میں دقت اور شفا غیر یقینی ہو جاتی ہے۔ اس مرض کو جاننے اور تشخیص کی خاطر ہمیں مندرجہ فطری عوامل سمجھنا ہوں گے:

حیض کیا ہے؟ (Menses): صغیر نازک میں خون حیض (Menstruation) کا اخراج قدرتی عمل ہے جس کی ابتداء عموماً 13 سال کی عمر کے لگ بھگ ہو جاتی ہے۔ خون حیض کا اخراج 3 تا 5 دن جاری رہتا ہے۔ ابتداء میں حیض کی مقدار کم ہوتی ہے اور ایام حیض قدرے لمبے وقفوں سے آتے رہتے ہیں۔ رفتہ رفتہ ان کا دورانیہ کم ہوتے ہوئے 25 تا 30 دنوں کے وقفہ سے باقاعدگی اختیار کر لیتا ہے اور مقدار حیض بھی ہر بار تقریباً یکساں ہو جاتی ہے تا وقتیکہ اس نظام میں کوئی خرابی پیدا ہو جائے۔

خون حیض کا اخراج 3 تا 6 دن میں مکمل ہو جاتا ہے۔ بچہ دانی کی اندرونی عظامی تہہ اتر کر اس کی جگہ نئی تہہ (Mucosa) بن جاتی ہے۔ یوں بچہ دانی میں صحت مند ماحول پیدا ہو جاتا ہے۔ حیض ٹھیک سے نہ آنے یا پوری طرح صفائی نہ ہونے سے بچہ دانی کا اندرونی ماحول غلیظ یا خراب ہو جاتا ہے جس کے اثرات جسمانی طبعی کیفیت سے ظاہر ہوتے رہتے ہیں۔

حیض میں تبدیلی:

(Disturbance in Menses) طبعی جنسی کیفیت میں تبدیلی عموماً کسی بیماری، خوراک کی تبدیلی، آب و ہوا ماحول کے اثرات اور نفسیاتی عوارض کے ذریعے پیدا ہوتی ہے اس کے علاوہ جنسی ملاپ کے ذریعے مرد کے مادہ منویہ (Semen) میں موجود جرمی

(Disturbance in Ovulation)

FSH اور LH ہارمون کے طبعی تناسب میں خلل عموماً بچہ دانی کے اندر ہونے والی غیر طبعی تبدیلیاں جیسے عفونت Infection، جسمانی عوارض، کمزوری، خون کی گرمی، سردی کے اثرات، خوراک، ماحول، نفسیاتی کیفیت، مرد کے مادہ منویہ / سمن Semen میں موجود جرمی اثرات اور غیر طبعی طبعی دور، حیض کی مقدار میں کمی بیشی وغیرہ سے تبویض بیضہ میں خلل:

بیماری کی نشاندہی ہو جاتی ہے۔ معمولی نوعیت کی آبی سلعات بننے کے بعد کبھی خود بخود ہی ختم ہو جاتی ہیں اور بیضہ دان اپنا طبعی فعل انجام دیتے رہتے ہیں۔ تاہم پیدائش میں قدرتی لہجہ وقفہ اور مزاج میں تغیرات پر غور کیا جائے تو بروقت اس بیماری کی نشاندہی کی جاسکتی ہے۔ اکثر خواتین و حضرات غیر ضروری لمبے پیدائشی وقفے کو طبعی خیال کرتے ہوئے بیماری کی طرف توجہ نہیں دے پاتے۔

مرض کی ابتداء شادی سے قبل بھی ہو سکتی ہے لیکن اکثر اوقات شادی ہو جانے کے بعد جلد اولاد نہ ہو یا جب تک اولاد کی تمنا شدید نہ ہو جائے اس مرض کی طرف دھیان نہیں کیا جاتا اور نہ ہی اکثر معالجین مکمل تشخیص کی طرف غور کرتے ہیں۔ ابتداء مرض میں خواتین کے جنسی نظام میں خلل کی کوئی خاص علامات جسمانی کیفیات محسوس کی جاسکتی ہیں جن کو طبیعت میں معمولی تغیر سمجھ کر نظر انداز کر دیا جاتا ہے۔ جیسا کہ مقدار حیض میں کمی بیشی یا غیر طبعی طمش دور ایسے نفسیاتی اور جنسی عوارض وغیرہ۔ ابتداء مرض ہی سے مرض کی نشاندہی نہ ہونے یا مرض کو نظر انداز کر دینے یا مریضوں کی صحیح رہنمائی نہ ہونے کے باعث مرض آہستہ آہستہ شدت اختیار کر جاتا ہے۔ بعض اوقات بیضہ دان پر بننے والے سلعات اس حد تک بگڑ جاتے ہیں کہ جدید سائنسی طریقہ علاج بھی کارگر ثابت نہیں ہو پاتا۔

مقدار حیض اور ایام میں بے قاعدگی، لیکوریا، سوزش مہبل اور سوزش رحم کے باعث رحم کا ماحول بیضہ کی بارآوری، قرار حمل اور بچہ کی پیدائش کے قابل نہیں رہتا۔

اکثر اوقات حمل قرار پانے میں رکاوٹ ہو جاتی ہے۔ حمل قرار پا جانے کی صورت میں اسقاط حمل کا خطرہ رہتا ہے۔ اسقاط حمل کو عام لوگ اشرا کا نام دیتے ہیں اور اس کو ہوائی مرض سمجھ کر صحیح علاج کی طرف توجہ نہیں کر پاتے مرض کے شدید عوارضات میں مریضہ کا جسم بھاری ہو جاتا ہے، چہرے پر سیاہ بال آ جاتے ہیں اور بعض اوقات جلدی امراض بھی پیدا ہو جاتے ہیں۔ مریض خواتین کے پاکستان کی جسامت بڑھ جاتی ہے۔ مرض پرانا ہو جانے پر مریض خواتین کو دل کے عوارض ہو جانے کا اندیشہ بڑھ جاتا ہے۔

تشخیص مرض (Diagnosis): عام طور پر شادی کے بعد جلد اولاد نہ ہونے پر علاج کی طرف توجہ کی جاتی ہے اور مرض کی تشخیص جنسی ہارمون کی مقدار اور الزائوساؤنڈ مشین کے ذریعے بیضہ دانوں پر آبی سلعات کی موجودگی اور مخصوص علامات کی بدولت کی جاتی ہے۔

علاج (Treatment): علاج کرنے سے پہلے چند دوسرے امور غور طلب ہیں۔ مثلاً جنسی فعل کا طبعی طور پر مکمل ہونا۔ فلوپین نیوہوں کی طبعی حالت کا قائم رہنا، خاوند کے مادہ تولید کی طبعی حالت کا قائم رہنا، عورت کی مہبل اور بچہ

دانی کی رطوبت کا مرد کے مادہ تولید کے لئے سازگار ہونا بہت ضروری ہے۔ اس لئے ضروری ہے کہ مرد کے مادہ تولید کا مکمل تفصیلی معائنہ کیا جائے۔ اس کے علاوہ بعد از جنسی فعل 24 گھنٹے گزرنے سے پہلے عورت کی مہبل رطوبت کا معائنہ بھی کیا جائے تاکہ بعد از جماع اس میں صبرم کی موجودگی اور کیفیت کی مکمل جانچ کی جاسکے اور علاج صحیح سمت میں کیا جاسکے۔ آجکل معالجین خواتین کے علاج کے لئے مختلف قسم کے ہارمون استعمال کر رہے ہیں۔ جن کے ذریعہ بیضہ کی افزائش اور تبویض پر زور دیا جاتا ہے۔ علاج کارگر ثابت ہو تو حمل قرار پا جاتا ہے۔ ہارمون کے استعمال سے ایک سے زائد بیضے افزائش پا جاتے ہیں اور اکثر ایک سے زائد بیضے تبویض بھی کر جاتے ہیں۔ ایسے میں ایک سے زائد بیضوں کی بارآوری ایک سے زائد بچوں کی یکشست پیدائش کا باعث بنتی ہے۔ تاہم ایسے بچوں کی جسمانی حالت میں کسی خاص تغیر کا اندیشہ نہیں ہوتا۔

کئی مریض خواتین میں دوران علاج آبی سلعات بیضہ دان

شدت اختیار کر جاتے ہیں اور جسامت میں خاطر خواہ بڑے ہو جانے کی وجہ سے علامات مرض میں بھی شدت آ جاتی ہے۔ اس طرح اکثر خواتین مستقل یا کچھ ہو جاتی ہیں۔ ہارمون والے طریقہ علاج کے برعکس نیچر ویتھ یعنی قدرتی طریقہ علاج میں مرض کی مکمل تشخیص کی جاتی ہے اور وجوہات مرض جاننے کے بعد ہی ان وجوہات کو طبعی طریقہ علاج اور ہر بل ادویات کے استعمال کے ذریعے دور کیا جاتا ہے۔ آجکل مارکیٹ میں بعض ایسی ہر بل ادویات بھی موجود ہیں جنہیں معالج کے مشورہ سے استعمال کیا جائے تو مریض خواتین نہ صرف سلعات کی بیماری سے چھٹکارہ حاصل کر سکتی ہیں بلکہ اولاد جیسی نعمت سے بہرہ ور ہو سکتی ہیں۔ تاہم بے اولاد جوڑوں (خواتین اور مردوں) کو چاہئے کہ وہ ہمیشہ مستند قابل اور ماہر معالج سے رابطہ کریں۔ معالجین کو بھی چاہئے کہ تشخیص مرض کے لئے مرد اور عورت دونوں پر توجہ دیں اور بعد از تشخیص ہی علاج کیا جائے۔

ماہنامہ عبقری
سے دستی کیجئے

اہم اعلان

انوکھے روحانی روگ اور لا علاج
جسمانی بیماریوں سے چھٹکارے کیلئے

انشاء اللہ ماہ جنوری ۲۰۰۷ء میں ادارہ ماہنامہ ”عبقری“ خاص نمبر شائع کرے گا۔

”کالی دنیا، کالا جادو، وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات نمبر“

خاص نمبر میں کیا ہوگا

✽ امام کعبہ کا جادو سحر اور سفلی علوم کے رد میں مسلسل مشاہدات اور تجربات کے بعد ایک تحقیقی مقالہ اور مکمل مسنون علاج ✽ کالے جادو کی تاریخ ایک انگریز محقق کے چشم کشا انکشافات ✽ کالے جادو کی شرعی حیثیت اور محدثین اور علماء کے مشاہدات ✽ تجربہ کار اور عمر بھر کی کاوشوں سے حاصل کرنے والوں کے پتہ چلنے سے کالے جادو اور کالی دنیا جنت سے نجات مل کے ✽ غیر شرعی اعمال سے مکمل تحفظ حتیٰ کہ غیر شرعی اعمال کا رد ✽ پیشہ ور کا ہنوں اور جادو گروں کے لیے نگی تلواریں ایسے وظائف اور عملیات جو گھر بیٹھے نہایت آسانی سے کیئے جائیں ✽ کالی دیوی اور کالے متروں کی حقیقت اور انکا شانی مسنون علاج ✽ قرآن کا کمال کالے جادو کا زوال ✽ پریشانیوں میں الجھے پریشان لوگوں کی حقیقی تسلی اور توجہ کا یقینی علاج ✽ رد در کی ٹھوکریں کھانے والوں اور بے کنارہ کشتی کے سواروں کے لیے بغیر کوشش کے مختصر وظائف و عملیات ✽ جو لاکھوں روپے خرچ کر چکے ہوں اور اب جیب میں پھوٹی کوڑی نہیں اور پریشان ہیں ان کی تسلی کے لیے یہ خاص نمبر ✽ وہ لوگ جو لا علاج روحانی امراض یا جادو کی وجہ سے کاروباری یا گھریلو مشکلات میں مبتلا ہیں انہیں یہ خاص نمبر ضرور پڑھنا چاہیے ✽ ایسے لوگ جو بندش اور کالے جادو کی وجہ سے بے اولاد کی کا شکار ہیں ✽ وہ جو نظر بد یا جادو کی وجہ سے اولاد کی نافرمانی اور سرکشی سے پریشان ہیں۔ حل عبقری خاص نمبر میں پڑھیں ✽ گھر بھر بیماریوں اور پریشانیوں میں مبتلا ہے اور بیماریوں نے ڈیرے ڈالے ہوئے ہیں ✽ ایک مشکل سے نکلنے میں دوسری میں پھنس جاتے ہیں حتیٰ کہ کسی طرح نجات کا راستہ نظر نہیں آتا۔ مایوس نہ ہوں عبقری خاص نمبر پڑھیں ✽ گھر میں خون کے چھینٹے، آوازیں، ڈرنا، خوف اور دھماکے یہ سب کالی دنیا اور کالے جادو سے ہو تو علاج عبقری ہے ✽ رشتوں کی بندش یا پھر منزل کے قریب پہنچ کر ردور ہو جانا۔ اعمال کی برکت سے ناامکن، ممکن ہوگا انشاء اللہ تعالیٰ ✽ مالی مشکلات، قدم قدم پر رکاوٹیں، میاں بیوی کی ناچاقی اور گھریلو بے سکونی اگر جادو سے ہو تو تحفہ عبقری خاص نمبر ضرور پڑھیں ✽

خاص نمبر سالانہ خریداری کے لیے خصوصی رعایت:- عام قیمت -/300 سالانہ
خریداروں کے لیے قیمت -/1250 بھی سے اپنی کاپی رقم بھیج کر محفوظ کرانیں۔

ماہ ستمبر میں صحت و تندرستی کے راز

سید رشید الدین احمد

موسم گرم ہو جاوے اور تقاضے چاہتا ہے اگر ہم ان کو صحیح طور پر اپنائیں تو کوئی وجہ نہیں کہ ہم پر مسلط گرمی کے اثرات یقیناً کم ہو جائیں گے آج کے دور میں ہم نے جسم کی قوت مدافعت کو اس قدر کمزور کر دیا ہے کہ جسم کی ساخت اور روح کمزور ہو کر رہ گئے ہیں سردیوں میں اس لئے ورزش نہیں کرتے کہ سردی ہے گرمیوں میں اسلئے ورزش نہیں کرتے کہ گرمی ہے ہمارا نفس شتر مرغ ہے اس کو کھو وزن اٹھا تو کبے گا میں تو مرغ ہوں کھو پھر مرغ کی طرح اڑ کر دکھا تو کہے گا کہ میں تو اونٹ ہوں، بزرگ کامل نے کہا جبراً اس پر بوجھ لادلو۔ اس کے عذر کی پروا مت کرو یہاں وہی باتیں کہی گئی ہیں جو آپ جانتے ہیں ان کا اعادہ کر لیجئے۔

ستمبر کا ناشتہ: مسنون غذا میں کھائیں صبح کا بہترین ناشتہ گندم یا جو کا دلیہ بہترین، مقوی، معتدل، صحت بخش ناشتہ ہے دودھ، دہی کی کمی دھوپ کی تازات سے بچاتی ہے چائے، ڈبل روٹی کا ناشتہ، معدے میں تیزابیت اور دل کی دھڑکن پیدا کرتا اور ناقص غذائیت کا حامل ہے۔

ستمبر میں دوپہر کا کھانا: ہر موسم کی سبزیاں اور پھل قدرت کی سخاوت اور عطا اور موسم کی صحیح غذا میں ہیں فرمان رسول ﷺ ہے کہ گوشت کو سبزیوں سے زہنت دیا کرو، کدو، ٹنڈے، کھلے، کاساگ، توری، پالک، اور لعابدار سبزیاں یعنی ارومی، بھنڈی، بہترین سبزیاں ہیں کدو اور دہی کا رائے، پیٹنگن اور دہی کا بھرتہ ٹنڈے سالن ہیں۔ سلاڈ کے لئے کھیرے کلکری، ٹماٹر، ہرا، دھنیا، پودینہ، لیموں، سرکہ بہترین چیزیں ہیں۔ گندم میں جو ڈالنا مسنون ہے۔ جو سے تیاری کی ہوئی غذا معدہ جگر آنتوں دل و دماغ اعصاب غصہ اور تیزی کو

پر سکون رکھتی ہے مونا نہیں ہونے دیتی بلڈ پریشر امراض قلب دائمی قبض کیلئے بہترین غذا ہے۔

مشروبات: ولایتی مشروبات ہمارے علاقائی موسمی تقاضوں کو پورا نہیں کرتے انکی نسبت دہی مشرقی مشروبات زیادہ با مقصد ہیں لیموں کی سلجھن آلو بخارے کا شربت بیدار نے کا شربت فالسے کا شربت ستوا اور شکر یا گڑ کا شربت چھاپھ دہی کی کمی صبح معنوں میں گرمی کا مقابلہ کرتے اور قوت مدافعت پیدا کرتے ہیں آلو بخارا قدرت کی بیش قیمت نعمت ہے یہ واحد ترشی ہے جو زہلہ، زکام میں مضر نہیں گرمی کیلئے بیدار 4 گرام، گل نیلوفر 5 گرام عذاب 7 دانہ چھوٹی الائچی 2 دانہ رات کو بھگو دیں صبح مل چھان کر پیئیں۔ تربوز اور تربوزہ گرمی تیزابیت اور خون کو صاف کرنے والی نہایت مفید نعمت۔

مرچ مصالحے اور ان کا استعمال: سردیوں میں

تو خیر لیکن گرمیوں میں گرم مصالحے تیز مرچ ہرگز مناسب نہیں یہ معدہ اور آنتوں میں ورم زخم کا باعث بنتے ہیں پیاس اور گرمی کا احساس زیادہ ہو جاتا ہے۔

ستمبر کی گرمیوں میں ٹھنڈے مصالحے: یعنی سبز اور سوکھا دھنیا، سفید زیرہ سوکھے آلو بخارے ہلدی مفید ہوتے ہیں جو کہ پیٹ کے اندر زخم اور ورم کیلئے مفید ہیں آجکل زخم اور ورم معدہ جوڑوں کے درد میں تیزی سے اضافے کا سبب کڑا ہی گوشت برف اور فرج کا بے جا استعمال انزکولر انزکڈیشر، ماش، ورزش سے جی چرانا ہیں آرام طلب گیس، ریح اور سستی کی دوائیوں کے وقتاً فوقتاً جرمانے بھجئے رہتے ہیں۔

ہاضم رطوبات کو کمزور نہ کریں: ہاضم رطوبات معدہ (کیسلرک اماٹز، کیسلرک ایسڈ) جو غذا کو ہضم کرتی ہیں انکو ٹھنڈا اور پٹلا نہ کریں ٹھنڈا اور پٹلا کرنا ایسے ہے کہ غذا کے دوران برف یا فرج کا پانی پینا رطوبت معدی کو پٹلا کرتا ہے۔ اس سے غذا معدے میں زیادہ دیر رکنے سے ترش ہو کر بجائے عمدہ خون کے ریح تیزابیت (ایسڈیٹی) زخم معدہ پھری ہاضم پیدا کرتی ہے۔

پانی علیحدہ اور غذا علیحدہ ہضم کریں: غذا کے دوران یا بعد میں جو پانی آپ نے پینا ہے وہ غذا سے ایک آدھ ٹھنڈے پہلے کافی تازہ پانی پی لیں تاکہ غذا کے ساتھ پانی پینے کی حاجت نہ رہے البتہ آدھ پون گلاس تازہ پانی میں مضائقہ نہیں۔

نوٹ: جم جانے والی چکنائیاں خصوصاً بنا سستی تھی اور چینی وغیرہ کیمیکیل غذائیں ہیں۔ ان سے بچیں، ایک کلو گھی کی بجائے ایک کلو سرسوں کے تیل یا کلنگ آئیل میں پاؤدھی جلائیں خوشبو ڈالتے اور طاقت کے لحاظ سے دیکھی گئی کہ ہم پہلے ہے کیمیکیل کے بغیر صاف کیا ہوا گڑ یا شکر استعمال فرمائیں۔ ہمارے بزرگوں کی صحت درازی عمر کا راز سادہ غذا اور سرسوں کا تیل اور مشقت تھی۔ سالن میں دہی سوکھے آلو بخارے، ٹماٹر ڈال کر صفر اور بھوک کی کمی کا ازالہ کیا جاسکتا ہے۔

ستمبر کی گرمیوں میں احتیاط: پانی بکثرت پیئیں۔ پسینہ خوب آنے دیں کہ جلد کے کام میں مداخلت نہ ہونے پائے بدن سے خارج شدہ نمک جلد میں بے چینی اور خراش پیدا کرتا ہے جتنی بار موقع ملے نہائیں دوپہر کو قیلولہ سنت بھی اور جسم کی ضرورت بھی ہے۔ دھوپ میں سائے دار ٹوپی سر پر رکھیں بلکہ سبز یا نیلے شیشوں والا چشمہ لگانا نگاہ کی حفاظت کرتا ہے۔ آنکھیں چندھیانے سے سردرد آنکھوں پر برا اثر پڑتا ہے۔ زیادہ باریک کپڑے سے گرم

ہوا بلا رکاوٹ گذر کر بدن کو گرم مادیتی ہے موٹی ملل یا سوتی کپڑا جاذب ہوتا ہے۔ بدن ٹھنڈا رہتا ہے کپڑے شوخ رنگ اور تنگ نہ ہوں ٹانگوں اور ٹیڑھوں والے کپڑے نہ پہنیں بند جوتے کی بجائے کھلے ہوا دار جوتے پہنیں۔ آرام کے لئے کمرہ ہوا دار ہو اور سامان آرائش کم سے کم ہو جن کمروں کے فرش جاذب نہ ہوں مثلاً چپس اور چکنی ٹانگوں والے جو کہ پانی جذب نہیں کرتے ان کمروں میں ٹھنڈک پیدا کرنے اور نم پھر نائل رکھنے کیلئے مٹی کے کونڈوں میں پانی بھر کر رکھنا یا کیلی بوری فرش پر بچھنا بھی مفید ہوتا ہے ایئر کنڈیشن ایئر کولر کا بیجا استعمال نقصان دہ ہوتا ہے پسینہ رک جانے سے جسم بھاری درد آکڑا ہوتا ہے۔ پھر پسینہ لانے کیلئے دوائیں اور چائے استعمال کرنا پڑتا ہے، لو لگنے کی صورت میں مریض کو ہسپتال میں معالج کی زیر نگرانی رکھنا زیادہ بہتر اور سہولت مند ہوتا ہے۔ تاہم گھر پر سہولت میسر ہو تو کوئی حرج نہیں لوزدہ مریض کو ٹھنڈی پر سکون جگہ پر لٹایا جائے صرف معمولی کپڑے پہنائیں چار پانی پر بستر نہ ہو، کیلی چادر جسم پر ڈالیں سر پر برف کی پٹیاں رکھیں۔

گرمی دانے: گرمی دانوں کیلئے زنگ آکسائیڈ 50 گرام سنگھراہت 50 گرام ست پودینہ 5 گرام ملا لیں جسم پر لگائیں اس کے علاوہ صبح نہانے سے پہلے سرسوں کا تیل ایک تولہ، دہی آدھ پاؤ جسم پر مل لیں، گرمی دانوں سے حفاظت رہتی ہے اس کے اثر کو بڑھانے کیلئے اس میں مہندی کا اضافہ بھی کر سکتے ہیں جسم کا درجہ حرارت نائل رکھنے کے لئے پانی بکثرت بلا ضرورت پیئیں۔

ستمبر میں سنگھ کی احتیاط: بعض اوقات گرمی تو ہوتی ہے لیکن اونہیں قحط رہی ہوتی، ایسے میں تیز پکھا چلا کر گرم ہوا کے پیھڑے کھانا دلش مندی نہیں۔ سنگھ کے استعمال سے ناواقفیت رہتی ہے، پکھا آہستہ چلے گا تو پا کلا پسینہ آتا ہے گا اور ہلکی ہلکی ہوا جلد کو ٹھنڈا کرے گی، تیز ہوا جسم کو یکدم گرم و خشک کر دیتی ہے گرمیوں میں مناسب ورزش ترک نہیں کرنی چاہئے۔ برہمی جذبات غصے بحث مباحثے سے بچیں۔

خبردارش: دماغی پریشانی سے معدہ پریشان ہو کر تیزاب پیدا کرنے لگتا ہے دماغی پریشانی کے لئے مریض سکون بخش دوائیں کھانے پر مجبور ہوتے ہیں جس سے تمام جسم اور اعصاب کمزور ہونے لگتے ہیں ایک مشہور پروفیسر فرما رہے تھے کہ اب مغربی محققین ڈاکٹر حضرات زور دے رہے ہیں کہ سکون بخش دواؤں کی بجائے عبادت، ذکر، تلاوت، دعوت اور خدمت خلق سے دل و دماغ کو سکون دیا جائے۔ حسد، گدہ، رنج و غم، غیبت اور مذہبی تفرقہ سے پرہیز کریں۔ آپ بھی اس سے خوش رہیں گے۔ انشاء اللہ۔

ماہنامہ ”عبقری“ روحانیت، صحت و امن کا پیغام ہے اسے ہر گھر تک پہنچانے میں مدد کیجئے!

اسم اعظم کے متلاشی اور تحیر و اسرار میں لیٹے انکشافات !!!

ہر شخص اسم اعظم کا متلاشی ہے کہ کوئی ایسا لفظ جو ”ماثر چابی“ کی طرح ہو کہ ہر مشکل، ہر پریشانی اور ہر ایمر جنسی کے وقت پڑھیں اور اسی وقت مسئلہ حل ہو جائے۔ جنگلوں، صحراؤں اور پہاڑوں کی غاروں میں چلے گئے اور وہ نفع کرنے والوں کے سچے تجربات، محدثین کے مشاہدات اور اولیاء کے کلمات اسم اعظم کے بارے میں ملاحظہ فرمائیں

اسم اعظم (۲)

قرآنی آیات اسم اعظم میں

حضرت اسماء بنت یزیدؓ کی حدیث: حضرت اسماء بنت یزیدؓ سے روایت ہے کہ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا:

اسم اللہ الاعظم فی ہاتین الایتین : والہکم الہ واحد، لا الہ الا هو الرحمن الرحیم، وفتحہ ال عمران، الہ اللہ لا الہ الا هو الحی القيوم۔

(ترجمہ): اللہ کا اسم اعظم ان دو آیتوں میں ہے وَالْهَيْكُمُ إِلَهٌ وَاحِدٌ، لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ اور سورۃ آل عمران کی ابتدائی آیت اَلَمْ يَلَمْ أَنَّ اللَّهَ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ

حضرت ابو امامہ باہلیؓ کی حدیث:

حضرت ابو امامہ باہلیؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

اسم اللہ الاعظم .. الذی اذا دعی بہ اجاب . فی ثلاث سورہ من القرآن : فی البقرۃ ، و آل عمران ، و طہ . (سنن ابن ماجہ)

(ترجمہ): اللہ کا وہ اسم اعظم جس سے جب دعاء کی جائے قبول ہوتی ہے۔ قربان کریم کی تین سورتوں میں موجود ہے۔ سورۃ بقرہ، سورۃ آل عمران اور سورۃ طہ میں۔

(فائدہ): حضرت ابو امامہؓ فرماتے ہیں میں نے اسم اعظم کو ان سورتوں میں تلاش کیا تو الحی القيوم کو پایا۔ امام رازیؒ نے بھی اسی کو تقویت دی ہے۔

حضرت ابوشامہؓ فرماتے ہیں، میں نے سورۃ بقرہ میں اسم اعظم تلاش کیا تو آیۃ اَلْکَرِیْمِ میں اللہ لا الہ الا هو الحی القيوم میں ملا اور سورۃ آل عمران میں بھی اللہ لا الہ الا هو الحی القيوم میں ملا اور سورۃ طہ میں و عنبت الوجہ للہی القيوم میں ملا۔ (کذا فی الفردوس)

حضرت ابوشامہؓ کی اس تحقیق سے معلوم ہوا کہ الحی القيوم ہی اللہ کا اسم اعظم ہے۔

حضرت ابن عباسؓ کے نزدیک اسم اعظم: حضرت ابن عباسؓ سے مروی ہے کہ اللہ تعالیٰ کا اسم اعظم یا حی یا قیوم ہے۔ (الدر الثمینی ص ۳۳)

حضرت علیؓ کی حدیث: حضرت علیؓ سے مروی ہے کہ میں جنگ بدر کے دن قتال میں مصروف تھا، پھر حضور ﷺ

کی خدمت میں حاضر ہوا کہ دیکھوں آپ ﷺ نے کیا کیا ہے۔ چنانچہ میں نے حاضر ہو کر آپ ﷺ کو دیکھا کہ آپ ﷺ سجدے میں یا حی یا قیوم کہہ رہے تھے۔ پھر میں میدان جہاد میں چلا گیا، پھر لوٹا تو آپ ﷺ اسی طرح سجدہ کی حالت میں تھے اور یہی کلمات کہہ رہے تھے۔ پھر میں جہاد میں چلا گیا، پھر حاضر ہوا تو آپ ﷺ اسی طرح سجدہ میں یہ کلمات کہہ رہے تھے۔ پھر اللہ تعالیٰ نے حضور ﷺ کے لئے اس جنگ میں فتح عطا فرمائی۔ (تفسیر ابو الجراح)

علامہ قرطبیؒ لکھتے ہیں: ایک دلیل یہ ہے کہ حضرت عیسیٰ جب مردوں کو زندہ کرتے تھے تو یوں کہتے تھے یا حی یا قیوم۔ اور حضرت آصف بن برخیا نے جب عرش بلقیس کو

حضرت سلیمانؑ کی خدمت میں پیش کیا تو یا حی یا قیوم کی طاقت سے پیش کیا۔ کہا جاتا ہے کہ بنی اسرائیل نے حضرت موسیٰؑ سے اللہ تعالیٰ کے اسم اعظم کے متعلق پوچھا تو

آپؑ نے ان سے فرمایا: آیا ہیا شراہیا یعنی یا حی یا قیوم۔ (تفسیر قرطبی ص ۲۷۸) ابن ابی شیبہ، طبرانی اور ابن مردویہ نے ابو امامہؓ کی مرفوع حدیث بیان کی کہ اللہ کا اسم اعظم تین سورتوں میں ہے۔ البقرہ، اور آل عمران اور طہ

میں۔ حضرت ابوامامہؓ کے شاگرد قاسم نے کہا میں نے تینوں سورتوں میں تلاش کیا تو الحی القيوم کو تینوں سورتوں میں مشترک پایا۔ ایک سورۃ بقرہ کی آیۃ اَلْکَرِیْمِ میں

؛ دوسرے آل عمران کی اسی آیت میں اور تیسرے سورۃ طہ کی آیت و عنبت الوجہ للہی القيوم میں۔ شیخ نابلسیؒ اپنی کتاب ”کفایت ذوی الالباب“ میں لکھتے ہیں کہ

الحی القيوم الہی سمندر کی دعا ہے۔ جب وہ غرق ہونے کا خوف کھاتے ہیں تو ان اسماء کے ساتھ دعا کرتے ہیں، اور جب بنی اسرائیل نے حضرت موسیٰؑ ”کلیم اللہ“ سے اسم اعظم کے متعلق پوچھا تو اللہ تعالیٰ نے آپؑ کی طرف وحی فرمائی کہ آپ ان کو ”عظم دے دیں کہ وہ مجھے ”ایا ہیا شراہیا“

کے ساتھ پکاریں اور اس کا معنی الحی القيوم ہے اور یہ بھی لکھا ہے کہ حضرت عیسیٰؑ جب مردوں کو زندہ کرنے کا ارادہ فرماتے تو یا حی یا قیوم کہتے تھے۔ حضور نبی کریم

علیہ الصلوٰۃ والسلام نے اس کا استعمال نہیں اس دعا میں تلقین فرمایا ہے: یا حی یا قیوم برحمتک استغیث امام رازیؒ اور امام غزالیؒ کے نزدیک اسم اعظم:

امام غزالیؒ جو اہل القرآن میں لکھتے ہیں کہ یہ مذکورہ حدیث

اس بات کی شہادت دیتی ہے کہ اسم اعظم الحی القيوم ہے اور اس کے نیچے ایک راز بھی ہے۔

امام رازیؒ اپنی کتاب ”لوامح البیان“ میں فرماتے ہیں کہ محققین میں کچھ حضرات وہ ہیں جنہوں نے الحی القيوم کو اسم اعظم قرار دیا ہے اس پر دو وجہیں دلالت کرتی ہیں۔ پہلی وجہ یہ ہے کہ حضرت ابی بن کعبؓ نے حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ سے التماس فرمایا کہ حضور ان کو اسم اعظم کی تعلیم دیں، تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا کہ وہ اللہ تعالیٰ کے ارشاد

اَللّٰهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ اور اَلَمْ يَلَمْ أَنَّ اللَّهَ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ میں ہے۔ اور یہ اسم اعظم اللہ لا الہ الا هو میں نہیں ہے۔ کیونکہ یہ حکم بہت سی آیات میں مذکور ہے۔ جب اسم اعظم کو ان دو آیات کے ساتھ مخصوص کر دیا گیا تو ہمیں معلوم ہوا کہ اسم اعظم الحی القيوم

ہے۔ دوسری وجہ حسی کا لفظ دلالت کرتا ہے کہ اللہ سبحانہ عالم، متکلم، قادر، سمیع اور بصیر ہیں اور قیوم کا لفظ دلالت کرتا ہے کہ اللہ کی ذات بذات خود قائم ہے اور اپنے ماسوا کو اپنے

انتظام میں لئے ہوئے ہے۔ ان دو اصولوں سے علم تو حید کے تمام معتبر مسائل نکلتے ہیں۔ پس ان دونوں ناموں میں عظمت، کبریائی اور الوہیت کی ایسی صفات موجود ہیں جو ان دو کے علاوہ اور کسی میں نہیں ہیں اور یہ بات دلالت کرتی ہے کہ الحی القيوم ہی اسم اعظم الاسماء ہیں۔

علامہ جزریؒ: علامہ جزریؒ مؤلف ”حسن حصین“ نے لکھا ہے کہ میرے نزدیک اسم اعظم لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ ہے۔ دوسری حدیث حضرت اسماء بنت یزیدؓ کی روایت کردہ کہ رسول اللہ ﷺ سے میں نے خورسنا، فرما

رہے تھے، اللہ کا اسم اعظم ان دو آیات میں ہے وَالْهَيْكُمُ إِلَهٌ وَاحِدٌ، لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ اور اَللّٰهُ لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ

تیسری حدیث حضرت سعد بن ابی وقاصؓ کی روایت کردہ ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا، ذوالنون (حضرت یونس علیہ السلام) نے مچھلی کے پیٹ کے اندر اپنے رب سے جو دعا کی تھی وہ تھی: لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ جو مسلمان کسی چیز کے متعلق ان الفاظ کے ساتھ اللہ تعالیٰ سے دعا کرے گا تو اللہ تعالیٰ اس کی

دعا ضرور قبول کرے گا۔ (بحوالہ ”اسم اعظم دارالعارف“ (بقیہ آئندہ شمارے میں پڑھیں)

دعا ضرور قبول کرے گا۔ (بحوالہ ”اسم اعظم دارالعارف“ (بقیہ آئندہ شمارے میں پڑھیں)

دعا ضرور قبول کرے گا۔ (بحوالہ ”اسم اعظم دارالعارف“ (بقیہ آئندہ شمارے میں پڑھیں)

دعا ضرور قبول کرے گا۔ (بحوالہ ”اسم اعظم دارالعارف“ (بقیہ آئندہ شمارے میں پڑھیں)

”گیس کا مرض بہت خطرناک یا لا علاج مرض ہے“
لوگ اس مرض کے متعلق کئی غلط فہمیوں کا شکار ہیں۔

گیس کے مرض یا ریاح کی شکایت کو ان امراض کی صف میں شامل ہونے کا شرف حاصل ہے جن کی وجہ سے حکیموں، ڈاکٹروں اور ماہرین نفسیات کے شفا خانوں میں رونق رہتی ہے۔ یہی نہیں بلکہ چھانڈ پھونک اور ٹوٹے ٹوٹے کرنے والوں کا روزگار بھی اس مرض کے طفیل چلتا رہتا ہے۔ گیس کا مرض، دوا ساز اداروں کے لئے بھی ایک نعمت ہے کیونکہ لاکھوں مریض ان اداروں کے اشتہارات سے متاثر اور خوفزدہ ہو کر ہر سال کروڑوں روپے کی دوائیں خرید کر کھالیتے ہیں اور چونکہ وہ اپنے لئے اس مرض کا نسخہ تجویز کرنے میں کسی مستند اور تجربہ کار معالج کو زحمت دینا پسند نہیں کرتے اور اپنی سمجھ یا ملنے جلنے والوں کے نامحمانہ مشوروں کے مطابق خشوع و خضوع سے عمل شروع کر دیتے ہیں اس لئے انہیں فائدے کے بجائے اکثر نقصان ہو جاتا ہے جس کی تلافی کے لئے ان افراد کو مزید دوائیں کھانی پڑتی ہیں۔

گیس کے بارے میں لوگ بہت سے خدشات کا شکار رہتے ہیں۔ بعض افراد یہ سمجھتے ہیں کہ گیس معدے میں پیدا ہو کر دماغ پر چڑھ جاتی ہے۔ قلب پر دباؤ ڈال کر گھبراہٹ اور اختلاج کا باعث بن جاتی ہے۔ بلڈ پریشر کو بڑھا دیتی ہے یہی گیس جوڑوں میں پہنچ کر ان میں درد پیدا کر دیتی ہے۔ بے ہوشی کے دورے اسی نامرادی کی وجہ سے پڑتے ہیں اور بینائی اور سماعت کی کمزوری کی جڑ بھی یہی ہے۔

آئیے اجازت لیتے ہیں کہ ”گیس“ پر لگائے گئے یہ الزامات کہاں تک درست ہیں؟ اور ہم گیس کی شکایت سے کس طرح چھٹکارا حاصل کر سکتے ہیں؟

یہ بات تو آپ کے علم میں ہے کہ جو غذا ہم کھاتے ہیں اس کے ہضم ہونے کا عمل ہمارے منہ سے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ غذا کو چبائے جانے کے دوران میں گلے کے مخصوص غدود کی رطوبت غذا میں شامل ہو کر نفاستہ کو شکر میں بدل دیتی ہے اور دانت غذا کو اچھی طرح چبا کر باریک کر دیتے ہیں۔ غذا اب معدے میں پہنچتی ہے جہاں ہاضم رطوبات اور تیزاب اس کا خیر مقدم کرتے ہیں۔ معدہ حرکت کرتا ہے اور ہاضم رطوبات اور تیزاب غذا میں مل کر اسے سادہ اجزاء میں بدل لیتے ہیں۔ اس عمل کے دوران گیس پیدا ہوتی ہے جو عام طور پر ڈکاری شکل میں خارج ہو جاتی

ہے۔ بعض صورتوں میں یہ گیس زیادہ مقدار میں بننے لگتی ہے یا پختی گیس بن رہی ہوتی ہے وہ کسی سبب کی بناء پر جسم سے خارج نہیں ہو سکتی، نتیجے میں یہ گیس پیٹ میں رہ جاتی ہے اور مریض وادیا کرتا ہو کسی شفا خانے کا رخ کرتا ہے یا اپنی مرضی سے کوئی علاج کرنے لگتا ہے۔

گیس جن وجوہ کی بناء پر زیادہ مقدار میں بننے لگتی ہے وہ حسب ذیل ہیں:

1- کھائی جانے والی غذا درست طریقے سے پکی ہوئی نہ ہو، ہاضمہ پر بوجھ ڈالنے والی ہو یا باسی ہونے کی وجہ سے اس میں نقص پیدا ہو گیا ہو۔

گیس کے علاج میں غذا، اسے پکانے کے طریقوں اور کھانے کے انداز پر توجہ دینی چاہئے۔ ورزش اور چہل قدمی کی بھی بڑی اہمیت ہے۔ کھانے کے دوران زیادہ گفتگو نہ کی جائے۔ وقت مقررہ پر کھانا کھایا جائے

2- غذا کو ٹھیک طرح چبایا نہ جائے یا اسے اتنی دیر تک منہ میں ٹھہرنے کا موقع ہی نہ دیا جائے کہ منہ کی رطوبت اس پر اثر انداز ہو سکے یا جلد جلد کھایا جائے یا پھر کھانے کے دوران میں جی بھر کے باتیں کی جائیں اور تہقہ لگائے جائیں۔ آخر الذکر تینوں افعال کے باعث کھاتے ہوئے بہت سی ہوا بھی پیٹ میں پہنچ جاتی ہے۔

3- معدہ اپنا کام صحیح طور پر انجام نہیں دے رہا ہو خواہ اس کی وجہ معدے کی اپنی کمزوری مثلاً معدے میں ورم آنا یا اس میں ہاضم رطوبتوں کا کم یا زیادہ بننا ہو یا آپ خود معدے کو مشکل میں ڈال دیں یعنی وقت پر کھانا نہ کھائیں یا ایک غذا کے ہضم ہونے سے پہلے دوسری غذا معدے میں پہنچا دیں

4- غذا جب معدے سے چھوٹی آنت میں داخل ہو رہی ہو تو اس پر مخصوص رطوبتیں مطلوبہ مقدار میں اثر انداز نہ ہو سکیں یا جس غذا کو منہ یا معدے میں ہضم ہونا چاہئے تھا وہ ہضم نہ ہو سکے۔

5- فضلہ جسم سے خارج ہونے کی بجائے کسی وجہ سے آنتوں میں زیادہ دیر تک رکا رہے۔ ایسی صورت میں بھی گیس زیادہ بنتی ہے اور گیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ پیدا ہو کر پیٹ پھولنے لگتا ہے۔ ایسا عام طور پر قبض کے مریضوں میں ہوتا ہے۔

6- چلی آنت کے امراض مثلاً بواسیر وغیرہ بھی گیس کے

خارج ہونے میں رکاوٹ بنتے ہیں۔

7- محنت مشقت، کھیل کود اور ورزش یا چہل قدمی سے ”پرہیز“ کرنے والے افراد بھی گیس کے مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

8- عمر کے لحاظ سے ادھیڑ عمری میں گیس زیادہ بننے لگتی ہے

9- زیادہ وزن کے حامل افراد میں بھی گیس زیادہ بننے کی شکایت عام ہے۔

10- ان لوگوں کو بھی معدے میں تیزابیت بڑھ جانے کی شکایت رہتی ہے جو بہت شکر اور پریشان رہتے ہیں زیادہ تیزابیت کی وجہ سے بھی گیس بننے لگتی ہے۔

اسباب کے لحاظ سے گیس کے مرض کی علامات مختلف ہیں۔ اگر معدے میں تیزابیت بڑھ جائے تو مریض کو بھوک برداشت نہیں ہوتی، کھانے سے پہلے مریض کا پیٹ پھول جاتا ہے، سینے میں جلن ہونے لگتی ہے، کچھ کھانے سے آرام ملتا ہے۔ اس کے مقابلے میں جن لوگوں کے معدے کمزور ہوں اور ان میں ہاضم رطوبتیں کم مقدار میں بن رہی ہوں انہیں بھوک کم لگتی ہے، کھانے کے بعد پیٹ میں بھاری پن محسوس ہوتا ہے اور گیس بنتی ہے۔ اگر جگر کمزور ہو تو کھانے کے دو تین گھنٹے بعد پیٹ میں بھاری پن کا احساس ہوتا ہے اور گیس بننے لگتی ہے۔ بعض افراد کے جسوں میں صفراء (پتے سے نکلنے والی رطوبت) کم بنتا ہے چنانچہ انہیں قبض ہو جاتا ہے اور فضلہ بے رنگ خارج ہوتا ہے۔ اگر گیس قبض کی وجہ سے بنے تو اجابت کے بعد مریض سکون محسوس کرتا ہے اور اگر بواسیر اس کا سبب ہے تو اجابت کے وقت تکلیف ہو سکتی ہے اور رفع حاجت کے بعد بھی یہ احساس ہوتا رہتا ہے کہ ابھی فضلہ آنتوں میں موجود ہے۔ اب آئیے اس سوال کی طرف کہ کیا پیٹ میں بننے والی گیس جسم کے کسی بھی حصہ میں پہنچ کر کسی بھی عضو کی کارکردگی کو متاثر کر سکتی ہے؟ یہ بات کسی حد تک درست ہے، لیکن اس کا مطلب یہ نہیں ہے کہ معدے میں بننے والی گیس کسی راستے سے دماغ تک پہنچ سکتی ہے، گھٹنوں میں پہنچ کر درد پیدا کر سکتی ہے یا گردن کے درد کا باعث بن سکتی ہے بلکہ اس کا مطلب صرف یہ ہے کہ جسم کے مختلف اعضاء کا دماغ سے رابطہ قائم رکھنے والے بہت سے اعصاب پیٹ سے گزرتے ہیں جب پیٹ میں گیس پیدا ہوتی ہے تو وہ ان اعصاب پر بھی دباؤ ڈالتی ہے اور اسی دباؤ کے رد عمل کے طور پر کسی دوسرے حصہ جسم میں درد ہونے لگتا ہے۔ یہ بالکل ایسا ہی ہے کہ گردے کا درد کمر

تقیر و رن بدایت

پھر ان کو پھروں کی طرح کر دو پھر اللہ کی مدد بھی نہیں آئے گی۔ اور ان کی فریاد بھی نہیں سنی جائے گی ”سن لو“ رومی کا فر کہہ رہا ہے کہ اللہ کی مدد بھی نہیں پہنچے گی اور فریاد بھی نہیں سنی جائے گی، رومیوں نے یہ پلان بنانے کے بعد صحابہ کرامؓ کے لشکر کو پیغام بھیجا کہ ہم آپ سے صلح کرتے ہیں اور آپ کیلئے ایک دروازہ کھولتے ہیں اپنی فوجوں کو اندر بھیجو، آپ سے مذاکرات کرنے ہیں اب حضرت ابو عبیدہؓ لشکر کے سپہ سالار ہیں سارے لشکر کے سپاہیوں کو اکٹھا کیا اور ایک قرآن کی سورت نور کی آیت پڑھی

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَ يَخْفَضُوا قُرُوحَهُمْ ط

”آپ مسلمان مردوں سے کہہ دیجئے کہ اپنی نگاہیں نیچی رکھیں۔ اور اپنی شرمگاہوں کی حفاظت کریں“ معلوم ہوا کہ پہلے نظر دیکھتی ہے، پھر دل چلتا ہے، پھر دماغ سوچتا ہے، پھر ہاتھ بڑھتا ہے، پھر قدم اٹھتا ہے اور گناہ ہو جاتا ہے۔ بس یہ آیت سنانے کے بعد فرمایا کہ اب چلو، اللہ اکبر! اب ان کی نظروں نے کچھ دیکھا ہی نہیں اگر ایک بار نظر پڑی ہے تو پھر پڑی ہی نہیں اور یوں گزر گئے اور سارا قلعہ فتح کر لیا، رومیوں نے جب اپنی عورتوں سے پوچھا کہ تم نے کیا کیا؟ مسلمان تو گزر گئے، کہنے لگیں کہ جن کی نظریں نہیں جھٹکتیں، ہم ان کو نہیں بھڑکا سکتیں۔ ہم ان کو شکست نہیں دے سکتیں۔۔۔

میرے دوستو! چھوٹے چھوٹے نظام خراب ہوتے ہیں اور پھر بڑے بڑے عذابات آ جاتے ہیں۔ اپنی زندگی کے چھوٹے چھوٹے جن نظاموں کو ہم نے اہمیت نہیں دی ہے، آج تک کچھ نہیں سمجھا، اللہ کی قسم کھا کر کہتے ہوں کہ مومن کا اٹھا ہوا ایک قدم اللہ کے عرش کو ہلا دیتا ہے، یا رحمت لاتا ہے یا عذاب لاتا ہے، تو اپنی زندگی کے چھوٹے چھوٹے نظاموں کو سنو! اس غیر اہم نہ سمجھیں اسی میں اللہ کی مدد رکھی ہے ارے ایک مسواک ہی تو چھوٹا تھا صحابہؓ کا، کہنے لگے اللہ تعالیٰ کی مدد نہیں آتی، کہنے لگے کہ مسواک چھوٹی ہے اور جب سب ملکر مسواک کرنے لگے، کافروں نے جاسوس بھیجا اور دیکھا کہنے لگا کہ آج کچا کھانے کا پروگرام ہے۔ بس اللہ نے ہیبت ڈال دی اس ایک سنت کی وجہ سے، اللہ دلوں میں ہیبت ڈال دیتا ہے۔

بھی چھوٹے چھوٹے نظاموں کو درست کرو اللہ کی مدد آئے گی اللہ کی نصرت آئے گی اللہ کے وعدے قریب ہونگے اور اللہ ساتھ دے گا اور جب اللہ ساتھ دے گا تو اللہ سارے عالم میں مومن کو اپنا نائب کر دیگا ارے مومن کے ساتھ وعدے ہیں اس لیے میرے دوستو! اس کی کوشش کریں اور اپنی ایک ایک چیز پر نظر رکھیں۔

(آخر میں دعائے خیر کی گئی)

رات کے کھانے کے بعد چائے کا ایک چمچ پانی کے ساتھ کھالیا جائے۔ یہ ایسی دوا ہے جو ہر طرح کے گیس اور بدعصمی میں استعمال کروائی جاسکتی ہے۔ بچوں کے لئے بھی مفید ہے۔ بلڈ پریشر کے مریض بھی اسے بلا کھٹکے استعمال کر سکتے ہیں کیونکہ اس میں نمکیات نہیں ہیں اور ایک ترکیب یہ ہے کہ پودینہ کے پتے دھو کر کسی خوان میں پھیلا لیں اور سائے میں خشک ہونے دیں۔ خشک ہونے پر انہیں ہاتھ سے مسل کر باریک بنالیں۔ جب بھی کھانا کھائیں، اس باریک چورے کو سانس پر چھڑک چھڑک کر کھائیں۔

اگر معدہ کی تیزابیت نے بڑھ کر زخم کی شکل اختیار کر لی ہے اور خالی پیٹ رہنے کی صورت میں جلن کے ساتھ درد بھی ہونے لگتا ہے تو مٹھی کا بہت باریک سفوف اور اس کے برابر اسپنول کی بھوی ملا کر رکھ لیا جائے اور چائے کا ایک چمچ ایک پیالی پانی میں ملا کر دو پہر اور رات کے کھانوں سے دس منٹ قبل پی لیا جائے۔ تیزابیت معدہ اور زخم معدہ کے مریض اگر خیر روئی اپنے استعمال میں رکھیں یا آٹے میں بیٹھا سوڈا لوار کروٹی پکوا یا کریں تو یہ روئی ان کے لئے مفید رہے گی۔ موٹا آٹا، موٹے اناج اور سبزیاں ضرور استعمال کریں۔ معدے کی کمزوری اور ہاضمہ رطوبات کی کمی اگر گیس کا سبب بن رہی ہے تو ہاضمہ کی نکلیاں مفید رہیں گی مثلاً جب کبد نوشادری، نمک جالینوس، خوب مقوی معدہ کھانے کے بعد دو عدد گولیاں کھائی جاسکتی ہیں، جوارش کوئی یا معجون مقوی معدہ بھی فائدہ مند ہو سکتی ہے۔

اگر جگر کی کمزوری سے گیس کی شکایت ہے تو شربت انار، کھانے کے دو چمچے یا جوارش انار میں نصف چمچ چائے کا، پانی کے ساتھ طعام کے بعد لے لیں۔ ایک اور طریقہ یہ ہے کہ سوف ایک چھوٹا چمچ، آلو بخارا پانچ عدد، منقہ سات عدد، پودینہ ایک چھوٹا چمچ لے کر ان تمام اشیاء کو رات میں گرم پانی میں بھگو دیں، صبح انہیں مسل کر چھان لیں اور چھٹا ہوا پانی لیں۔ اس سے بعض بھی دور ہوتی ہے۔

اگر قبض کی وجہ سے گیس کی شکایت ہو تو رات سونے سے قبل ثابت اسپنول کا ایک چمچ پانی میں ملا کر لے لیا جائے یا ہلہ سیاہ باریک تراش کر کھانے کا ایک چمچ سوتے وقت، نیم گرم پانی کے ساتھ لے لیں۔ یہ پرانے زمانہ میں بھی فائدہ دے گا۔ قبض کے مریضوں کو انجیر، منقہ، پیپٹا، امرد اور انگوڑا استعمال کرتے رہنا چاہئے۔

آخر میں یہ واضح کر دینا ضروری ہو گا کہ گیس کا مرض کوئی بہت خطرناک یا لاعلان نہیں ہے، صرف اس کے درست سبب کا سراغ لگا کر اس کے مطابق علاج اور پرہیز کی ضرورت ہے اور اس سلسلے میں کوئی مستند معالج ہی آپ کو صحیح مشورہ دے سکتا ہے۔

نہایت توجہ طلب

جوابی لفافے یا مٹی آڈر پر یہ نہایت واضح صاف خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں

اور پتے کا درآ خری دائیں چلی کے نیچے ہوتا ہے لیکن گردے کے درد کی ٹیسس رانوں تک محسوس ہوتی ہیں اور پتے کی تکلیف دائیں شانے تک محسوس کی جاتی ہے جب کہ ان حصوں میں کوئی خرابی نہیں ہوتی۔ اسی طرح پیٹ سے گزرنے والی خون کی بڑی رگوں پر جب گیس کا دباؤ پڑتا ہے تو قلب کا فعل متاثر ہوتا ہے اور گھبراہٹ، وحشت یا اختلاج کی سی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے جو بلڈ پریشر پر بھی اثر انداز ہوتی ہے۔ طب یونانی کی رو سے ارواح (گیس) پورے جسم میں گردش کرتی ہیں اور جسم کے ہر رگ و ریشے تک پہنچ کر اس میں قوت پیدا کرتی ہیں۔ جدید سائنس بھی اس نظریہ کی تصدیق کرتی ہے کہ سانس میں موجود آکسیجن خون کی گردش کی بدولت جسم کے ایک ایک خلیہ تک پہنچتی ہے تاہم ان گیسوں کا تعلق معدے میں بننے والی گیس سے براہ راست نہیں ہے۔

تیزابیت معدہ کے مریض دو کھانوں کے درمیان کوئی ہلکی چیز مثلاً کیلا، کھیر یا دودھ لے سکتے ہیں۔ کھانے کے دوران یا فوراً بعد زیادہ پانی نہیں پینا چاہئے۔ بھرپور نیند اور ذہنی سکون پر بھی توجہ دی جائے

گیس کے مرض کا علاج اتنا ہی دشوار اور پیچیدہ ہے جتنی کہ اس کے پیدا ہونے کی وجہ ہیں۔ گیس کے ہر مریض کے لئے بازار میں فروخت ہونے والے چورن، مکچر یا گولیاں فائدہ مند نہیں ہو سکتیں۔ ان سے وقتی طور پر فائدہ تو ہو سکتا ہے لیکن یہ مرض کا مستقل علاج نہیں ہے۔ ایسی زیادہ تر دوائیوں میں نمکیات اور نوشادری بھرمار ہوتی ہے اور یہ اجزاء بلڈ پریشر اور گردے کے مریضوں کے لئے مضر ہیں۔ اگر گیس، تیزابیت بڑھ جانے یا زخم معدہ کی وجہ سے پیدا ہو رہی ہو تو یہ دوائیں فائدہ پہنچانے کی بجائے تکلیف میں اضافہ کا سبب بن جاتی ہیں۔ گیس کے علاج میں غذا، اسے پکانے کے طریقوں اور کھانے کے انداز پر توجہ دینی چاہئے۔ ورزش اور چہل قدمی کی بھی بڑی اہمیت ہے۔ کھانے کے دوران زیادہ گفتگو نہ کی جائے۔ وقت مقررہ پر کھانا کھایا جائے۔ تیزابیت معدہ کے مریض دو کھانوں کے درمیان کوئی ہلکی چیز مثلاً کیلا، کھیر یا دودھ لے سکتے ہیں۔ کھانے کے دوران یا فوراً بعد زیادہ پانی نہیں پینا چاہئے۔ بھرپور نیند اور ذہنی سکون پر بھی توجہ دی جائے۔

اگر معدہ میں تیزابیت بڑھ جانے کی وجہ سے گیس پیدا ہو رہی ہے تو غذا میں مریخ مسالے اور گوشت کی مقدار کم کر دیں۔ ایک آسان اور خوش ذائقہ نسخہ یہ ہے کہ سوف کو صاف کر کے توڑے پر رکھ کر ہلکا بھون لیں اور اسے پیس کر اس میں برابر مقدار میں چینی پیس کر ملا لیں۔ اس کو صاف اور خشک بوتل میں محفوظ کر لیجئے۔

رحمت کے خزانے

احادیث نبوی ﷺ سے ماخوذ دینی اور دنیوی طور پر مالا مال کر دینے والے انتہائی آسان اعمال

اللہ کی رضا کے لئے اذان دینے کا ثواب

مؤذن کی فضیلت قرآن پاک میں:

اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں: ”اور بات کے لحاظ سے اس شخص سے زیادہ کون بہتر ہے جس نے اللہ کی طرف (نماز، اسلام اور اعمال صالحہ کی) دعوت دی اور نیک عمل کیے اور کہا کہ میں مسلمانوں میں سے ہوں۔“

حضرت عائشہؓ فرماتی ہیں: میرے علم کے مطابق یہ آیت مؤذنین (کی فضیلت) کے بارے میں نازل ہوئی ہے۔ (حدیث) حضرت براء بن عازبؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا پہلی صف (میں نماز پڑھنے والوں) پر اللہ تعالیٰ اور اس کے فرشتے رحمت بھیجتے ہیں اور مؤذن کی مغفرت کی جاتی ہے جہاں تک اس کی آواز پہنچتی ہے اور اس کی (آذان) رطب و یابس (خشک و تر) ہر مخلوق تصدیق کرتی ہے اور جتنے لوگ اس کے ساتھ نماز ادا کرتے ہیں ان کے ثواب کے برابر اس کو ثواب ملتا ہے (احمد نسائی) کیونکہ اسی مؤذن نے ہی ان کو نماز کی دعوت کے لئے اذان دی ہے اور عمل کرنے والے اور دعوت دینے والے دونوں ثواب میں برابر کے حصہ دار ہیں (فائدہ) اور جہاں تک آواز پہنچنے سے مغفرت کا مطلب وہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ اس کی اسی درجہ کی مغفرت فرماتے ہیں جس درجہ میں اس نے اپنی آواز کو ادا کیا اس کا ایک معنی یہ بھی کیا گیا ہے کہ جہاں تک مؤذن کے گناہ ہوں تو ان کو بھی معاف کر دیا جاتا ہے

مؤذن پر اللہ کا ہاتھ: (حدیث) حضرت انسؓ

فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا اللہ تعالیٰ کا ہاتھ مؤذن کے سر پر ہوتا ہے اور جہاں تک اس کی (اذان کی) آواز پہنچتی ہے اس کی مغفرت کر دی جاتی ہے۔

اذان کے ثواب کا کسی کو اندازہ نہیں:

(حدیث) حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا اگر لوگوں کو معلوم ہو جائے کہ اذان دینے اور پہلی صف میں نماز پڑھنے کا کتنا ثواب ہے پھر ان کو (اذان اور پہلی صف میں نماز کا) موقع نہ ملے سوائے اس کے کہ وہ اس میں قرا عاندازی کریں تو وہ قرا عاندازی کرنے لگیں۔ (لیکن ان کو ان کے ثواب کا علم نہیں اس لئے وہ قرا عاندازی نہیں کرتے بلکہ سبقت کی بھی کوشش نہیں کرتے

اگر اذان کے ثواب کا علم ہو تو تلواریں چلنے لگیں

(حدیث) حضرت ابوسعیدؓ فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا اگر لوگوں کو معلوم ہو جائے کہ اذان کا کتنا ثواب ہے تو وہ (اذان دینے کیلئے) تلواروں سے مقابلہ کر کے (سبقت لے کر اذان دینے کی) کوشش کرنے لگیں۔

قیامت میں مؤذنین کی گردنیں لمبی ہوں گی

(حدیث) حضرت معاویہؓ فرماتے ہیں کہ میں نے جناب رسول اللہ ﷺ سے سنا، آپ فرما رہے تھے: قیامت کے دن مؤذن سب لوگوں میں لمبی گردنوں والے ہوں گے۔ (فائدہ) لمبی گردن کا ایک مطلب یہ ہے کہ ان کے عمل کی کثیر ہوں گے جو ان کو اذان اور نماز کی برکت سے حاصل ہوں گے یا حقیقتاً ان کی گردنیں لمبی ہوں گی کہ لوگ تو روز قیامت رش اور رنج میں ہوں گے کسی کا پسینہ اس کے مونہ تک پہنچ رہا ہو گا کسی کے کانوں تک اور کسی کا سر سے بھی اوپر، تو گویا کہ اس دن مؤذن حضرات دیگر لوگوں سے گردنوں کے اعتبار سے طویل ہوں گے اور سروں کے اعتبار سے بلند ہوں گے یا یہ کہ ان کی گردنیں دراز نہیں ہوں گی بلکہ ان کا مقام و مرتبہ بلند ہوگا کیونکہ وہ روز قیامت کستوری کے ٹیلوں پر ہوں گے جبکہ لوگ حشر کی قسم و قسم کی تکالیف میں مبتلا ہوں گے یہ مؤذن ان کی مصیبت کو ان پر بیٹھ کر دیکھ رہے ہوں گے۔ (منہج تغیر میسر)

قیامت میں کستوری کے ٹیلہ پر:

(حدیث) حضرت عبداللہ بن عمرؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: تین قسم کے لوگ ایسے ہوں گے جن کو بڑی گھبراہٹ بھی نہیں گھبرائے گی نہ ان سے حساب کتاب ہوگا یہ لوگ کستوری کے ٹیلوں پر ہوں گے جب تک کہ باقی مخلوقات حساب کتاب سے فارغ نہ ہو جائیں (۱) وہ آدمی جس نے اللہ تعالیٰ کی رضا جوئی کے لئے قرآن پڑھا اور اس کے ساتھ کسی قوم کی امامت کرائی جب کہ وہ قوم اس سے راضی تھی (۲) وہ مؤذن جو نمازوں کی طرف صرف اللہ کی رضا جوئی کیلئے پکارے (۳) وہ غلام جو اپنے اور اپنے پروردگار کے درمیان اور اپنے اور اپنے مالکوں کے درمیان بہت اچھا رہا (طبرانی)

قبروں سے نکلے وقت اذان دے رہے ہوں گے

(حدیث) حضرت جابرؓ فرماتے ہیں کہ جب مؤذن حضرات اور تبلیہ کہنے والے (حاجی حضرات) قبروں سے

کھڑے ہوں گے تو مؤذن اذان دے رہے ہوں گے اور تبلیہ کہنے والے تبلیہ کہہ رہے ہوں گے۔

مؤذن شہید کی طرح: (حدیث) حضرت ابن عمرؓ

فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا (ترجمہ) اللہ کی رضا کے لئے اذان دینے والا اس شہید کی طرح ہے جو اپنے خون میں لت پت ہو وہ جو چاہے اذان اور اقامت کے درمیان اللہ تعالیٰ سے تمنا کر سکتا ہے۔

اذان کی برکت سے عذاب نہیں آتا

(حدیث) حضرت انسؓ فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

ترجمہ جب کسی بستی میں اذان دی جاتی ہے تو اللہ تعالیٰ اس کو اس دن اپنے عذاب سے بچا دیتے ہیں۔

تنہا اذان دے کر نماز پڑھنے کا ثواب:

(حدیث) حضرت عقبہ بن عامرؓ فرماتے ہیں کہ میں نے جناب رسول اللہ ﷺ سے سنا آپ ارشاد فرما رہے تھے ”تیرا رب بکریوں کے اس چرواہے کو بہت پسند کرتا ہے جو پہاڑ کے کسی کٹڑے پر نماز کے لئے اذان دیکر نماز ادا کرتا ہے تو اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں میرے اس بندے کی طرف دیکھو جو اذان دیکر نماز ادا کرتا ہے یہ مجھ سے ڈرتا ہے میں نے اپنے بندے کو معاف کیا اور اس کو جنت میں داخل کیا“ بارہ سال اذان دینے کا ثواب: (حدیث) حضرت ابن عمرؓ سے روایت ہے کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جس شخص نے بارہ سال اذان دی اس کے لئے جنت واجب ہو جاتی ہے اور ہر روز کی اذان کا ثواب ساٹھ نیکیاں لکھی جاتی ہیں اور ہر اقامت کا ثواب تیس نیکیاں لکھی جاتی ہیں۔

سات سال کی اذان کا ثواب: حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا (ترجمہ) جو شخص اللہ کی رضا کے لئے سات سال اذان دیتا ہے تو اس کیلئے دوزخ سے آزادی لکھ دی جاتی ہے۔

(بزاز بسند جید)

(مزید فضائل آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

رمضان المبارک میں کلینک کا شہر دل
رمضان المبارک میں لاہور کے علاوہ باقی تمام شہروں
میں کلینک کا نامہ ہوگا۔ بلکہ لاہور کے
وہ حضرات پسند میں یوں لکھ دیں۔

ناقابل فراموش

اس عنوان کے تحت آپ ماضی کی حکمت یا طب کا نوٹہ نہ تجربہ یا کوئی بے قیمت چیز سے بڑی بیماری کا علاج آپ نے کیا ہے یا آپ نے کسی سے سنا ہو۔ یہ صدقہ جاریہ ہے ضرور لکھیں۔ کسی بھی طریقہ علاج کا تجربہ آپ مریض رستے اور صحتیاب ہوئے یا آپ معالج ہیں اور آپ کے ہاتھوں کوئی صحت یاب ہوا۔ ضرور لکھیں۔ آپ نے کوئی وظیفہ، مسنون دعا یا کوئی غلط یا کوئی قرآن پاک کی آیت کسی مسئلے، مشکل یا بیماری میں آزمائی ہو یا دیکھی ہو تو ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک چمک ہم سنوار لیں گے۔ خطوط کا اضافی ٹیپ یا گوند نہ لگائیں۔ اگر آپ اپنا نام غلطی رکھتے ہیں تو تسلی کریں، رازداری کا مکمل خیال رکھا جائے گا۔ آپ اپنی تحریریں ارسال فرمائیں۔

دل پر بوجھ!!!

(حکیم ڈاکٹر علی کوثر چاند پوری)

رفیق احمد کے گھر مجھے جلد ہی ایک مریض کو دیکھنے کے لئے بلایا گیا تھا۔ سورج ابھی طلوع نہیں ہوا تھا اور آٹھ بجے سے پہلے میں کسی بیمار کو دیکھنے سے بچا کرتا تھا۔ کھٹی بچنے کی آواز کانوں میں آتے ہی اعصاب میں خفیف سی گدگدی دوڑ گئی جس نے بڑھ کر جھنجھلاہٹ کی صورت اختیار کر لی۔ انتظار کے کمرے میں پہنچا تو دو جوان بیٹھے ہوئے تھے۔ ”معاف کیجئے، بہت بے وقت تکلیف دی“

”کیا بات ہے؟“ عزیز میاں بیمار ہیں، ان کا دل بہت زور سے دھڑک رہا ہے“ اسی دوران میرے ڈرائیور نے ہارن بجا دیا۔ اس کی یہ حرکت مجھے گراں گزری۔ میں نے ذرا خفیہ سے کہا: ”آخرا تیری جگہ کیوں ہے؟“ ایک شخص نے باہر جھانکنے کے بعد کہا: ”غالبا تکلیف بڑھ گئی ہے، عرفان بھی سائیکل پر آگیا، ہمیں بلانے؟“ ”معاف کیجئے گا“ تکلیف بہت زیادہ ہے“ تو کونسی دوزاد بھائی جان نے۔ میں شیروانی ہاٹن کر جلد ہی موٹر میں آ بیٹھا اور ڈرائیور نے جیب اتنی تیزی سے چلائی کہ میری آنکھیں جھپکنے لگیں۔ چند منٹ بعد ہی رفیق احمد کا مکان آگیا۔ بیمار مسہری پر نڈھال پڑا تھا، اس کی آنکھیں بند تھیں، ہونٹ سوکھے ہوئے تھے ان پر چڑیاں جمی تھیں اور سارا جسم پسینہ میں تر تھا۔ وہ سڈول جسم اور ادھیڑ عمر کا ایک قبول صورت آدمی تھا۔ داڑھی بالکل منڈی ہوئی تھی۔

”یہ میرے بہنوئی ہیں اور رات ہی کو آئے ہیں، ان پر دل کا بہت ہی سخت دورہ پڑا ہے“ میں نے بیمار کو دیکھا اس کا دل چھاتی میں ہوں اچھل رہا تھا جیسے پسلیاں تو ذکر باہر نکل آئے گا، نبض کافی تیز اور کمزور تھی، کبھی کبھی اس کی بینگ بیل بھی ہو جاتی تھی۔ ”کیا بات ہے؟“ رفیق احمد نے پورا معائنہ کرنے سے پہلے ہی پوچھ لیا۔ ”بات وہی ہے جو آپ سمجھتے ہیں ان کے دل پر کوئی غیر معمولی بوجھ یا صدمہ ہے“ ”کوئی خطرہ تو نہیں ہے؟“ آپ کہیں تو میں ان کے بچوں کو بلا لوں تاروے کر“ ”بچوں کا آ جانا تو ہر حال میں اچھا ہے ویسے

کوئی فوری خطرہ نہیں معلوم ہوتا“ میں نے باہر آ کر دوا لیں لکھ دیں اور رفیق احمد نے ٹیلی گراف آفس میں فون دے کر جیل پور تار دینے کو کہہ دیا۔

تین دن تک مسلسل علاج کے بعد بھی کوئی فائدہ نہ ہوا بلکہ حالت اور گڑبگڑی۔ بہترین مفرحات بھی بیکار ثابت ہوئے۔ آنتیں صاف کرنے کا کوئی اثر نہ ہوا، غذا میں صرف پھلوں کا رس اور دودھ دیا جا رہا تھا۔ اس عرصے میں مریض نے ایک پل کے لئے بھی آنکھ نہ جھپکائی تھی اور تمام مسکن دوائیں نیند لانے میں ناکام ہو چکی تھیں۔ ہاسپٹل میں داخل ہونے یا کسی ڈاکٹر سے انجکشن لینے سے مریض بہت گھبرار رہا تھا۔ وہ کہتا تھا کہ اگر بڑی دوا حلق سے اترے

ہی مجھے موت کے گھاٹ اتار دے گی۔ آپ کی دواؤں سے بھی غنیمت ہے کہ میں زندہ تو ہوں۔ بہتر کھنے گزرنے پر بھی کسی قسم کا افادہ نہ ہوا تو مجھے بلایا گیا۔ اس مرتبہ رفیق احمد آپ ہی جپ ڈرائیو کر رہے تھے، راستے میں پٹرول میں کچرا آگیا اور انجن بند ہو گیا۔ تقریباً نصف گھنٹہ اسے درست کرنے میں لگ گیا اور جب ہم لوگ پہنچے ہیں تو اندر چند دیہاتی بیٹھے مریض سے آہستہ آہستہ باتیں کر رہے تھے۔ ان کا سامان بیرونی کمرے میں رکھا ہوا تھا۔ ہم دونوں وہیں ٹھہر گئے، اندر کوئی کہہ رہا تھا: ”گولی کریم کی گلی نہیں تھی، کان کے پاس سے سنسنائی ہوئی نکل گئی تھی اور وہ ذرا دیر کے لئے بے ہوش ہو کر گر پڑا تھا۔ اس کے ہوش میں آتے ہی میں نے آپ کو تلاش کیا، آپ نہ جانے کہاں غائب ہو گئے تھے۔ میں اسی وقت شہر کے لئے چل پڑا، وہاں پہنچا تو آپ نہیں تھے اسی وقت یہاں سے گیا ہوا تار ملا چنانچہ میں مگر دھاری، تھو اور قادر خان کو ساتھ لے کر یہاں آگیا، مریض ان باتوں کو یوں سن رہا تھا جیسے وہ کسی فرشتہ کے منہ سے نکل رہی ہوں اور وہ ان پر یقین کرنے کے لئے مجبور ہوں، وہ منگنی باندھے بولنے والے کا منہ نکلے جا رہا تھا۔ ”آئیے! اب چلیں“ رفیق احمد یہ کہہ کر اندر چلے گئے، میں بھی ان کے پیچھے چلا گیا۔ دیہاتی ہمیں دیکھتے ہی کھڑا ہو گیا۔ رفیق احمد نے فوراً سو روپے کا نوٹ جیب سے نکال کر اسے انعام کے طور پر دیا۔ میں نے نبض پر ہاتھ رکھا جو بالکل ٹھیک تھی کوئی قمر عرس نہیں ہو رہا تھا۔

”آپ بالکل اچھے ہیں“ میں نے کہا۔ ”میں بھی ایسا ہی

محسوس کر رہا ہوں، یہ سب آپ کی عنایت ہے“ ”اور میری رائے میں صرف اس خوشخبری کا کرشمہ ہو جا بھی آپ کو ملی میں محسوس کر رہا تھا کہ آپ کے قلب پر کوئی بہت بڑا بوجھ ہے۔ اب معلوم ہوا کہ وہ اس غلط فہمی کا بوجھ تھا۔ آپ سمجھے ہوئے تھے کہ ایک آدمی آپ کی گولی کا نشانہ بن چکا ہے“ ”مگر مجھ سے کیوں چھپایا آپ نے؟“ ”رفیق احمد نے پوچھا اور مریض کی آنکھیں پُر آب ہو گئیں۔ غالباً یہ خوشی کے آنسو تھے جو ایک شیر دل شکاری کی آنکھوں سے ٹپک پڑے تھے۔

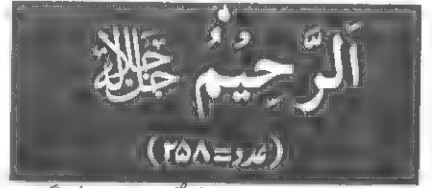
برص اور شغلے کا پودہ

ایک دن میں کسی ضروری کام کے لئے سائیکل پر سوار ہو کر جا رہا تھا۔ راستے میں مجھے ایک تخلص دوست مل گیا۔ مصافحہ کرنے کی غرض سے جب میں سائیکل سے نیچے اتر اتو بات چیت کے دوران اس نے مجھے بتایا کہ میرے چہرے پر ایک طرف سفید چھاپ (برص) ہے اور میں نے اسے صرف یہ جواب دے کر کہ ”ہاں ہوگا“ اپنی راہ لی۔ بازار پہنچتے ہی دوسرے دوست نے بھی یہی کہا۔ آخر کار میرے دل میں شک جاگزیں ہوا اور جب برص وغیرہ کے نکلنے کی وجہ دریافت کی گئی تو بتایا گیا کہ یہ مرض چھٹی کھانے کے بعد لسی، چھاپہ پینے سے ہوا کرتا ہے۔ چارو لا چار میں علاج کرانے کی طرف مائل ہو گیا۔ ڈاکٹری دوائیں استعمال کے لئے بتائی گئیں نیز پوڈرو وغیرہ مل لینا بھی مفید بتایا گیا۔ اس کے علاوہ کچھ کھانے کی دوا بھی استعمال کی گئی۔ مگر بے سود۔ سفید چھاپ (برص) برابر پھیلنا رہا۔ ایک دن ایک مرد سفید ریش نے پوچھا: ”برخوردار! تمہارے چہرے پر جو برص ہے اس کا علاج کیوں نہیں کرتے؟“ میں نے ان تمام علاجوں کی تفصیل انہیں بتائی جواب تک ہوئے تھے، اس پر وہ فرمانے لگے: ”میں تمہیں ایک معمولی اور ویسی علاج بتائے دیتا ہوں کیا تم (یہاں کی اصطلاح میں) شغلے جانتے ہو؟“ میں نے جواب دیا: ”جی ہاں! وہی نا جو آب پاشی کی کھیتوں اور کھالوں وغیرہ کے کناروں پر ہوتا ہے اور جس کے پتے زمین کے ساتھ لگے ہوتے ہیں“

(بقیہ صفحہ نمبر 31 پر ملاحظہ فرمائیں)

ناقابل بیان مشکلات، اسماء الحسنیٰ اور اولیاء کی زندگیوں کا انچوڑ

اسماء الحسنیٰ سے مشکلات کا حل آپ سب چاہتے ہیں لیکن زیر نظر کالم میں روحانی دنیا کے بیٹھوسا بہ کرام، تاجین، اولیاء کرام کی زندگیوں کے ان تجربات کا انچوڑ ہے کہ انہوں نے اسماء الحسنیٰ کو کن مشکلات اور مسائل میں آزمایا اور خزاں زوہ زندگی مہکتی مسکراتی بن گئی۔



جیسا کہ ”الرَّحِيمُ“ کے ضمن میں بیان کیا گیا ہے کہ رَحْمَن وہ ذات پاک ہے کہ جب اس سے سوال کیا جائے تو وہ اسے پورا کرے جب کہ ”الرَّحِيمُ“ وہ ذات ہے کہ جس سے اگر سوال نہ کیا جائے تو غضب ناک ہو۔ گویا اس شعر کے مصداق:

اللَّهُ يُغْضِبُ أَنْ تَرْتُكُ سُنُوَالِهِ

وَبَنِي آدَمَ يُغْضِبُ أَنْ يُسْئِلَ

کہ اللہ تعالیٰ سے اگر سوال نہ کیا جائے تو غضب ناک ہوتے ہیں، جب کہ بنی آدم سے سوال کرنے سے ناراض ہوتے ہیں۔

رَحْمَن ورحیم کے ضمن میں یہ بات بھی پیش نظر رہے کہ رَحْمَن کی رحمت ہر کافر و مومن، نیک و بد سب کے لئے عام ہے جب کہ رحیم کی رحمت مومنین کے لئے خاص ہے۔ جیسا کہ ارشاد باری تعالیٰ ہے کہ

﴿وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا﴾

اور اللہ تعالیٰ مومنین پر رحم فرمانے والا ہے۔

ایک حدیث پاک کا مفہوم ہے کہ اللہ تعالیٰ اپنے بندوں پر ستر ماؤں سے بڑھ کر رحیم ہے۔ نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا:

”إِذَا حُمِّ مِنْ لِي الْأَرْضِ يُرْحَمُكَ مِنْ لِي السَّمَاءِ“
تو ابل زمین پر رحم کر آسمان والا تجھ پر رحم فرمائے گا۔ (ترمذی)

اوراد و وظائف

رقتِ قلب کا حصول:

یہ اسم سو بار روزانہ پڑھنے والا تمام آفات دنیویہ سے محفوظ رہے گا۔ اسی طرح جو شخص روزانہ ایک سو بار اس اسم پاک کا ورد کرے گا اس کے دل میں رقت اور شفقت پیدا ہوگی۔ (تھانوی)

دشمن سے نجات: اگر کسی کو کسی دشمن سے خوف ہو یا کسی مصیبت نے گھیر رکھا ہو وہ روزانہ بکثرت ”الرَّحِيمُ“ کا ورد کرے یا لکھ کر باندھے انشاء اللہ دشمن اور مصیبت سے محفوظ رہے گا۔ (تھانوی)

درخت کے پھل میں برکت: اگر اسماء

پاک ”الرَّحِيمُ“ کو لکھ کر اسے پانی سے دھو کر کسی چھلدار درخت کی جڑ میں ڈال دیں تو اس درخت کے پھل میں انشاء اللہ بہت برکت ہوگی۔ (تھانوی)

حصولِ ایمان: اگر کوئی کافر اعتقاد سے ”یا رَحِيمُ“ کا وظیفہ پڑھے گا انشاء اللہ مسلمان صاحبِ ایمان ہو کر مرے گا اور اگر کوئی مسلمان اس مبارک نام کو ایک ہزار مرتبہ پڑھے گا تو انشاء اللہ خاتمہ بالخیر ہو کر جانِ ایمان کے ساتھ نکلے گی۔

صاحبِ عزت ہو: اگر کوئی شخص صبح کی نماز کے بعد روزانہ سو مرتبہ ”یا رَحِيمُ“ غلوں کے ساتھ پڑھے گا تمام خلقت اس پر مہربان ہوگی دشمن بھی نرمی سے پیش آئیں۔

محبت پیدا ہو: اگر کوئی شخص انہی دو اسمائے پاک کو لکھ کر دھو کر کسی کو پلائے تو اس کے دل میں پلانے والے کے لئے بہت محبت پیدا ہوگی بشرطیکہ ایسا شرعاً جائز ہو۔ اور اگر انہی دونوں اسمائے پاک کو لکھ کر طالب اور مطلوب مع والدہ کے نام لکھ کر طالب باندھے تو بے پایاں محبت ہوگی۔ بشرطیکہ ایسا شرعاً جائز ہو۔ بصورت دیگر عمل کرنے والا اللہ تعالیٰ کے ہاں قابلِ گرفت ہوگا۔

قبولیت دعا و شفاءِ امراض: اس عظیم الشان اسم پاک کے بکثرت ورد سے شخص مستجاب الدعوات ہو جاتا ہے۔ یہ اسم حوادثِ زمانہ سے امان میں رکھتا ہے۔ اس کا پڑھنا گرمی کے بخاروں کو نفع دیتا ہے۔ ابراہیم نامی شخص کے لئے اس کا ورد مناسب ترین ہے۔ جب کہ اس کے ساتھ اسم ذات کو ملا کر پڑھا جائے۔

باعثِ امان: اسم رَحْمَن ورحیم خوف اور مضطر کے لئے باعثِ امان ہیں۔ (شیخ البوٹی)

خاتمہ بالخیر ہو: اگر کوئی شخص ۲۵۸ مرتبہ روزانہ اس اسم پاک کی تلاوت کرے تو اس کا خاتمہ بالخیر اور ایمان پر ہو۔ سکرات الموت میں نرمی ہو۔

برائے حاجات: اسم ذات ”اللہ“ کے تحت یوم جمعہ کے دن عصر کے وقت کرنے کا عمل مذکور ہے۔ جس میں ”یا اللہ یا رَحِيمُ“ کا ورد درج ہے۔ یہ اسم پاک بھی اس عمل میں شامل ہے۔ بہت زود اثر اور مجرب ہے۔ اپنی حاجات برآوری کے لئے اس پر عمل کریں۔

ہتھیاروں سے حفاظت: اگر ”الرَّحِيمُ“ کو حروف مقطعات کی صورت میں یوں ”ال ر ح ی م“ ۲۸۰ مرتبہ لکھ کر بطور تعویذ گلے میں ڈالیں تو تلوار اور چھری کے دھارا اثر

نہ کرے گی۔ انشاء اللہ۔ (سید محمد تقی نازفی)
نقوش اسم پاک ”رحیم“: مندرجہ بالا امور کے لئے اس اسم پاک کے نقوش کو بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ نقوش کی مختلف صورتیں یہ ہیں

مربع حنی (۷۸۶)			
ر	ح	ی	م
م	ی	ح	ر
ح	ر	م	ی
ی	م	ر	ح

شاثِ مہر (۷۸۶)		
۸۳	۹۰	۸۵
۸۸	۸۶	۸۴
۸۷	۸۲	۸۹

مہر (مربع) ۷۸۶			
۵۷	۷۰	۶۷	۶۴
۶۸	۶۳	۵۸	۶۹
۶۲	۶۵	۷۲	۵۹
۷۱	۶۰	۶۱	۶۶

ذوالکتابت (مربع) (بوٹی) ۷۸۶			
ر	ح	ی	م
۱۱	۳۹	۲۰۱	۷
۳۸	۸	۱۰	۲۰۲
۹	۲۰۳	۳۷	۹

ذوالکتابت (مربع) ۷۸۶			
۷	۳۸	۱۲	۲۰۱
۱۳	ر	ح	۳۷
۱۹۹	ی	م	۹
۳۹	۱۰	۱۹۸	۱۱

(بحوالہ ”اسماء الحسنیٰ شرح اوراد و وظائف و نقوش“)
(بقیہ آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

درِ دوسروں کے 8 طریقے

درِ دوسرے ایک ہمہ گیر مرض ہے۔ دنیا میں کروڑوں افراد اس سے متاثر ہوئے ہیں۔ صرف امریکا میں 40 ملین افراد اس سے متاثر ہیں۔

احمد خان خلیل

ان احتیاطی تدابیر کی مدد سے درِ دوسرے شروع ہونے سے پہلے آپ اسے روک سکتے ہیں۔ درِ دوسرے خواہ کسی قسم کا ہو، اذیتناک ہوتا ہے تاہم شاذ و نادر ہی یہ کسی سنگین مرض کی علامت ہوتا ہے۔ اگر آپ کا درِ دوسرے بہت شدید ہو، بار بار ہو، زیادہ دیر ہو، سر کی چوٹ کے بعد اٹھا ہو یا اس کے ساتھ سن ہن پایا جائے، زبان اور بینائی میں خلل واقع ہو، سانس کی تنگی ہو، حافظہ ختم ہو جائے تو ان صورتوں میں آپ معالج سے رجوع کیجئے۔ 90 فیصد درِ دوسرے تین قسموں میں تقسیم کئے جاسکتے ہیں:

تناؤ کا درِ دوسرے: یہ 60 فیصد ہوتا ہے۔ کندھوں، گردن اور چہرے کے عضلات کے تناؤ سے ہوتا ہے۔ سر کی جھپٹی طرف سے شروع ہو کر آگے آتا ہے۔ چند یا یعنی سر کے اوپر شدید دباؤ پیدا کرتا ہے یا کنپٹیوں کے درمیان ماتھے میں سخت درد ہوتا ہے۔ عموماً دائیں اور بائیں دونوں طرف برابر ہوتا ہے۔ اس کی وجہ دباؤ یا پریشانی ہو سکتے ہیں یا آنکھوں کا دباؤ، آنکھوں کا بہت جھپکنا یا ریزہ کی ہڈی کے اوپری حصے کی خرابی ہو سکتی ہے۔

حقیقہ، آدھا سینیسی: اس قسم کے درد والے مریض 30 فیصد ہوتے ہیں۔ سر کی رگوں کے غیر معمولی پھیلاؤ یا سکڑن سے درد تپکن والا ہوتا ہے۔ اس درد سے 11 فیصد آبادی متاثر ہوتی ہے۔ عورتوں کی تعداد مردوں سے دگنی ہوتی ہے۔ یہ درد غذائی حساسیت (مثلاً شراب اور ایسی غذاؤں سے ہوتا ہے جن میں امینیز (Amines) پائے جاتے ہیں۔ امینیز سے مراد امونیا یا امینو ایسڈ کے اجزاء ہیں) خواتین میں ماہواری کے ہارمونوں کی کمی تیشی سے۔ بعض خاندانوں میں اس قسم کے درد کا رجحان پایا جاتا ہے۔

جوف انف (سائی نس) کا درِ دوسرے:

درِ دوسرے متاثرہ افراد میں سے اکثر جو یہ سمجھتے ہیں کہ انہیں جوف انف (Sinus) کا درِ دوسرے، دراصل وہ یا تو حقیقہ (آدھا سینیسی) سے متاثر ہوتے ہیں یا نوبی درِ دوسرے (کلسر ہیڈ ایک) سے متاثر ہوتے ہیں جس کا دورہ دن میں 4 سے 8 مرتبہ روں کی صورت میں پڑتا ہے۔ خالص سائی نسی درِ دوسرے صرف 2 فیصد افراد میں پایا گیا ہے۔ اس کے ساتھ ہلکا بخار ہوتا ہے، ناک بند ہوتی ہے یا بہتی ہے اور سارے بدن میں کمزوری محسوس ہوتی ہے۔

درِ دوسرے ہمہ گیری:

درِ دوسرے ایک ہمہ گیر مرض ہے۔ دنیا میں کروڑوں افراد اس سے متاثر ہوتے ہیں۔ صرف امریکا میں 40 ملین افراد

اس سے متاثر ہیں۔ ان میں بعض نامور شخصیات مثلاً ڈارون، مارکس، نائلسن اور فرماڈاس سے متاثر رہے ہیں

درد روکنے کی تدابیر

1- کسی وقت کا کھانا نہ چھوڑئے:

اگر آپ چھ گھنٹے کچھ نہیں کھاتے تو خون میں شکر کم ہو جاتی ہے۔ دماغ کو گلوکوز پہنچنا ضروری ہے لہذا خون کی رگیں سکڑ کر گلوکوز پہنچ کر دماغ کو پہنچاتی ہیں۔ درِ دوسرے ان رگوں کی سکڑن سے نہیں ہوتا بلکہ بعد کے پھیلاؤ سے بھی ہوتا ہے۔

2- درِ دوسرے پیدا کرنے والی غذاؤں سے بچئے:

جن غذاؤں میں امینیز (Amines) پائے جاتے ہیں یعنی امونیا اور امینو ایسڈز والی غذا میں یا مشروبات، ان سے بچیں۔ (مثلاً پیاز، مغزیات، شراب، رس دار پھل، کیو، مالٹا اور گردے، کبکبی وغیرہ) مونو سوڈیم گلوٹامٹ، نائٹریٹس اور مصنوعی شکر اسپارٹیم، کافین کا بھی درِ دوسرے تعلق بتایا جاتا ہے۔ یہ فوری طور پر درِ دوسرے لاتی جب اس کا اثر اترتا ہے تو درِ دوسرے ہوتا ہے۔

3- بقدر ضرورت فولاد اور حیاتین "ب" استعمال کیجئے: خون میں پایا جانے والا فولاد آکسیجن کو منتقل کرتا ہے۔ جب فولاد کم ہو تو آکسیجن کم ہو جاتی ہے اور خون کی رگیں پھیل جاتی ہیں۔ نیز تحقیقات سے معلوم ہوا ہے کہ درِ دوسرے حقیقہ (آدھا سینیسی) سے متاثرہ افراد میں حیاتین "ب" کم پائی گئی ہے۔ لہذا آپ ایسی غذا استعمال کریں جس میں فولاد اور حیاتین "ب" دونوں ہوں۔ مثال کے طور پر مرغی کا گوشت، دالیں، کشمش وغیرہ۔ مزید احتیاط کے لئے بطور ضمیمہ (یعنی گولیوں کی شکل میں) فولاد اور حیاتین "ب" استعمال کریں۔

4- صحت مند طرزِ حیات اپنائئے:

پوری نیند سونے سے درِ دوسرے کم ہوتا ہے۔ ہفتے میں 20 سے 30 منٹ کی تین چار بار ورزش جس سے جسم کے اندر زیادہ آکسیجن پہنچے، مفید ہوتی ہے (اگر آپ کو محنت، مشقت یا ورزش سے تکلیف ہو جاتی ہے تو ورزش سے چند گھنٹے پہلے کوئی دافع درد گولی کھالیں)۔ اگر سگریٹ پیتے ہیں تو اس عادت کو ختم کر دیجئے۔ سگریٹ پینے سے آکسیجن کم ہو جاتی ہے اور دماغ کو جانے والی خون کی رگیں پھیل جاتی ہیں تاکہ زیادہ آکسیجن حاصل کریں۔ اس سے درِ دوسرے ہو جاتا ہے۔

5- گھنٹوں اپنی میز پر نہ بیٹھے رہئے:

انسانی جسم کئی گھنٹوں تک ایک ہی وضع پر نہیں رہ سکتا۔ کئی گھنٹوں تک بلا حرکت رہنے سے عضلات کی طرف

خون کا بہاؤ کم ہو جاتا ہے اس لئے دن میں کئی بار جسم کی وضع بدلتی ضروری ہے۔ بیٹھنے وقت صحیح انداز یہ ہے کہ کرسی سے اٹھ کر کرسی پر بیٹھیں، پیر مضبوطی سے فرش پر جتے ہوئے ہوں، سر آگے جھکانے کے بجائے سیدھا رکھا جائے۔ کرسی ایسی ہو کہ کمر کو اس سے آرام پہنچے۔

اگر کمپوٹر کی اسکرین پر نظر جمائے رکھنے سے آنکھوں میں دباؤ محسوس ہو تو اپنی آنکھوں کو تھیلیوں سے ڈھانپ لیجئے، 30 سیکنڈ تک اندھیرے میں دیکھئے پھر آنکھیں بند کر لیجئے، آنکھوں سے ہاتھ ہٹا کر پھر آہستہ آہستہ آنکھیں کھول لے۔

6- کیمیائی اجزاء اور درِ دوسرے پیدا کرنے والے کیمیائی اجزاء سے بچئے: پیٹ، جل کرنے والی چیزیں، پیٹرول کا دھواں، سخت قسم کی خوشبوئیں یہ سب چیزیں درِ دوسرے شروع کر سکتی ہیں جن سے خون کی رگیں، بعض صورتوں میں غیر معمولی طور پر سکڑ جاتی ہیں اور دفعتاً پھیل جاتی ہیں۔ اگر آپ ان سے بچ نہیں سکتے تو اپنی جگہ کو ہوادار رکھئے۔

7- دھوپ سے بچئے:

دھوپ سے جلد کا سرطان بھی ہو سکتا ہے، اس سے قطع نظر دھوپ سے جسم میں پانی کی کمی (ڈی ہائیڈریشن) بھی ہوتی ہے۔ دیر تک سورج کی طرف مسلسل دیکھنے سے چہرے کے عضلات میں تناؤ آ جاتا ہے اور اس سے سخت قسم کا درِ دوسرے ہو سکتا ہے۔ علاج یہ ہے کہ دھوپ سے بچ کر رہا جائے، دھوپ کے چشمے لگائیے، دھوپ کا ہیٹ پہنئے اور خوب پانی پیجئے۔

8- خاصی تعداد میں منفی برق پارے (ION) جمع کیجئے: برق پارے (ION) ہوا کے ان ذرات کو کہتے ہیں جن میں بجلی ہوتی ہے۔ بجلی منفی اور مثبت ہوتی ہے۔ فطری ماحول میں مثبت بجلی اور منفی بجلی کا تناسب پانچ اور ایک ہوتا ہے۔ لیکن مصنوعی ماحول میں جیسے کنکریٹ، اسفالٹ، فولاد، شیشہ، لٹولیم، وینائل اور حرارت پہنچانے کے مرکزی نظام جیسی جگہوں پر مثبت برق پارے زیادہ ہو جاتے ہیں۔ ایک چوتھائی افراد میں اس کی وجہ سے دورانِ سر اور درِ دوسرے کی شکایات پیدا ہوتی ہیں۔ اس کے لئے آپ یہ اقدامات کریں: مصنوعی کپڑے (نائیلون) وغیرہ نہ پہنیں۔ سدا بہار پودے اور ایسے پودے جن میں پھول نہیں لگتے۔

توجہ طلب

لغافے میں رقم ہرگز نہ بھیجیں، منی آرڈر بھیجتے وقت منی آرڈر کی تفصیل اور اپنا مکمل پتہ دفتر ماہنامہ "عبقری" کو ضرور ارسال فرمائیں۔

روحانی بیماریوں کا مسنون روحانی علاج

(کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں)

قارئین! جب دینی زندگی پر خزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی دنیا کا عروج ہوتا ہے۔ اگر آپ کسی کالی دنیا، کالی دیوی یا کالے جادو سے ڈسے ہوئے ہیں تو لکھیں ہم قرآن و سنت کی روشنی میں اس کا حل تجویز کریں گے۔ جب کا معاوضہ دے ہے۔ براہ کرم اندے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں تو جب طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے جو ابلی غافلہ ہمارا ارسال کریں۔ خطوط بھیجتے وقت اضافی گوند یا بیب استعمال نہ کریں اور ندی زیادہ پن لگائیں کیونکہ خدا کھولنے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔۔۔ دسانی مسئلے کے لئے خط طبعہ ڈالیں۔

بہن کا رشتہ

(طا کراچی)

محترم حکیم صاحب: میرا مسئلہ یہ ہے کہ ہماری ایک بہن ہے جو مجھ سے بڑی ہے ان کی عمر تقریباً 32 سال کی ہونے کو آئی ہے لیکن ان کا رشتہ کہیں بھی طے نہیں ہو رہا بہت اچھے اچھے رشتے آئے لیکن بات نہیں بنتی کچھ بہن ہی نہ کر دیتی ہے اور کچھ لڑکے والے۔ میں اپنی بہن کے سلسلے میں بہت پریشان ہوں وہ نفسیاتی مریضہ سی بنتی جا رہی ہے والدین بھی ان کی فکر میں گھلتے جا رہے ہیں مہربانی فرما کر کوئی ایسا وظیفہ بتادیں جسے میں اپنی بہن کے رشتے کے لئے کر سکوں یا میری والدہ کر سکیں کیونکہ بہن خود اپنے رشتے کے لئے وظیفہ نہیں کرتی، میری بہن کو شادی شدہ اور میٹرک پاس لڑکے فوراً پسند آ جاتے ہیں جبکہ میرے والد صاحب اس حق میں بالکل نہیں ہوتے لہذا دعا فرمائیں

اس قسم کے مسائل اکثر رسالہ میں آتے رہتے ہیں اور ان کے جواب بھی تحریر کرتا رہتا ہوں تمام ایسی بہنیں جو اس قسم کے مسائل سے دوچار ہیں وہ دراصل اپنے آئیڈیل کا تاج محل گرائیں یعنی اصل میں ہمارے معیار کا معاملہ بہت ہی عجیب و غریب ہے ہم ایسے رشتے چاہتے ہیں جو کہ ہمارے عقل دل و دماغ کو پوری طرح سے مناسب لگیں اور بعض اوقات وہ نامناسب ہوتے ہیں ہمارے پیش نظر، حسن، دولت، عمر، جمیز، بڑا مکان، بڑا نام وغیرہ اور اسی وجہ سے بے شمار رشتے رکے ہوئے ہیں کیا خیال ہے قارئین اکثر ایسا نہیں ہوتا کیا؟ اس کی کوئی شرعی حیثیت ہے مزید رشتوں کے وظائف رسالہ میں لکھے ہیں دیکھ کر پڑھیں آپ کو اور دیگر تمام قارئین کو تمام وظائف کی اجازت ہے۔

بانڈ اور انگریزی

(ش۔ ف۔ ج)

محترم مدیر: میری عمر 22 سال ہے اور میں بی اے کی طالب علم ہوں میں نے بی اے کا امتحان دو دفعہ دیا مگر میری

ابراہیمی پڑھیں 7 بار والدین کے لئے چینی پر سورہ فاتحہ 41 بار پڑھ کر دم کر دینا اور کسی نہ کسی شکل میں وہ استعمال کریں اگر روزانہ پڑھ کر اس پر دم کر دیا کریں اس طرح 40 دن کریں انشاء اللہ اللہ بہتری لائے گا

بیٹی کو نیند نہیں آتی

جناب مدیر صاحب: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری ایک بیٹی ہے جس کا نام ج۔ د۔ ن۔ عمر تقریباً 23 سال ہے رات کو تقریباً 3 یا 4 بجے سوئی ہے اور دن کو 11 یا 12 بجے اٹتی ہے اس وقت کے درمیان بھی تھوڑے تھوڑے وقفے سے جاگتی رہتی ہے جاگنے کے بعد کالی اور کتابوں پر لائیں مارتی رہتی ہے اور کہتی ہے کہ میں دفتر کا کام کر رہی ہوں ناشتہ دو بجے کے قریب کرتی ہے اور دوپہر کا کھانا مغرب کے بعد کھاتی ہے اور رات کا کھانا رکھ دیتے ہیں جب جی چاہے کھاتی ہے جب کسی کام کا کہیں تو کہتی ہے کہ میں فارغ نہیں ہوں کاپیاں اور کتابیں لیکر لائیں مارتی رہتی ہے جب کوئی کتاب یا کالی وغیرہ ادھر ادھر ہو جائے تو شور مچاتی ہے یہ بھی کہتی ہے کہ کوئی چیز مجھے ڈراتی ہے اب اس کا ڈر کچھ کم ہو گیا ہے کیونکہ میں درود شریف، الحمد شریف چاروں قل اور آیت کرسی پانی پر پڑھ کر پلائی ہوں آپ سے التماس ہے کہ اس معاملہ میں ہماری رہنمائی فرمائیں

جواب: یہ عمل مستقل کریں لا جواب عمل ہے مزید بیٹی پر سورہ الطارق کی آخری آیات انھم یکدون کیدا (سورہ 86، 16 تا 17) سے آخر تک ۲۱ بار پڑھ کر دم کریں اور پانی پر دم کر کے اس کے چھینے اس کے چہرے اور سینے پر چھڑکیں اگر یہ عمل صبح و شام کریں تو نہایت اچھا ہوگا تیس چالیس دن تک یہ عمل کریں درمیان میں وقفہ نہ کریں

اچھی پڑھائی کیلئے

(م/نا معلوم)

بیٹی کا نام "ز" ہے۔ پہلے پڑھائی میں بہت اچھی تھی، اب کتاب کھولتی ہے تو اس سے پڑھائیں جا رہا، یاد نہیں ہوتا۔ پتہ نہیں اسے نظر ہوئی ہے یا کسی نے کچھ کیا ہے۔ آپ اس پر

انگلش رہ جاتی ہے پہلے میں انگلش بڑے شوق سے پڑھتی تھی مگر جب سے بی اے میں انگلش کا پرچہ رہ گیا ہے اب میرا دل نہیں لگتا کچھ مجھ سے انگلش یاد نہیں ہوتی بہت کوشش کرتی ہوں لکھ کر بھی یاد کرتی ہوں مگر پھر بھول جاتی ہے کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ میرا یہ مسئلہ حل ہو جائے کیونکہ مجھے تعلیم حاصل کرنے کا بہت شوق ہے اور میں پڑھ لکھ کر اپنے باپ کا ہاتھ بٹانا چاہتی ہوں کیونکہ میں گھر میں سب سے بڑی ہوں مجھ سے چھوٹا میرا بھائی ہے وہ دماغی طور پر صحیح نہیں ہے ایک مسئلہ اور ہے میرے والدین میں لڑائی ہوتی رہتی ہے گھر بیٹو سکلے پر نہیں، بلکہ ان دونوں کے اپنے رشتے داروں پر میرے والد کی اپنی کوئی زمین نہیں ہے میرے نانا نے ہمیں مکان بنانے کے لئے زمین دی ہے میرے ابواب میری امی سے کہتے ہیں کہ میرے ماموں وغیرہ ہمیں گھر بنا دیں انگل ان دونوں کی لڑائی سے ہم بہت عاجز ہیں انگل میں نے اسی کام کے لئے ایک بانڈ بھی خریدا تاکہ وہ نکل آئے اور ہم اپنا مکان بنا سکیں انگل میں نے کئی جگہوں پر نوکری کے لئے درخواست دی مگر کوئی کام نہیں بنا حتی کہ ان جگہوں پر مجھ سے بھی کم تعلیم یافتہ نوکری کر رہی ہیں آپ مجھے کوئی ایسا وظیفہ بتائیں جو آسان بھی ہو، میں آسانی سے کر سکوں اور میرے یہ مسئلے حل ہو جائیں تو میں بھی زندگی اچھے طریقے سے گزار سکوں کئی دفعہ تو میرا دل کرتا ہے کہ خود کشی کر لوں مگر پھر اپنے خدا سے ڈر لگتا ہے اور سوچتی ہوں کہ زندگی تو ایک بار ملتی ہے

سب سے پہلی بات تو یہ ہے کہ آپ نے جو بانڈ لیا ہوا ہے اس کی شرعی حیثیت کیا ہے حلال ہے یا حرام یہ علماء سے ضرور پوچھیں

دوسرا آپ کی انگلش کے لئے آپ کو محنت کرنی چاہیے اس کے لئے پرانی انگلش اخبارات پڑھنی چاہئیں ڈکشنری سے مدد لینی چاہئے جب تک روزانہ کئی گھنٹے انگلش کو لکھنے اور پڑھنے کا وقت نہیں دیں گی اس وقت تک انگلش کا معاملہ درست نہیں ہوگا اس کے علاوہ آپ "یا علیم یا خیر یا واسع" نہایت توجہ اطمینان اور یکسوئی کے ساتھ روزانہ 313 دفعہ پڑھیں اول آخر درود شریف

ذم بھی کر دیں اور تعویذ بھی دے دیں۔ تاکہ اس کا پڑھائی میں دل لگے۔ اور یہ کامیاب ہو جائے۔ اس کا میڈیکل کا آخری سال ہے۔ اس کے لئے دعا بھی کریں۔

حاجات یہ عمل بتا رہا ہوں اسی کو پڑھیں، ذم تعویذ کی ضرورت نہ پڑے گی۔

عمل برائے دیگر قضاے حاجت

قضاے حاجت کے لئے یہ عمل بہت مجرب ہے کہ سورۃ فاتحہ سات بار اور یہ دُرد شریف دو سو مرتبہ

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ النَّبِيِّ الْأَمِيِّ وَالِإِلَهِ وَصَحْبِهِ وَبَارِكْ وَسَلِّمْ اور يَا خَفِيُّ اللُّطْفِ
اَذْكُرْنِي بِلُطْفِكَ الْحَفِيِّ

پانچ سو (۵۰۰) بار، الحمد شریف سات بار اور دُرد مذکور دو سو (۲۰۰) بار اور يَا قَاضِي الْحَاجَاتِ (۵۰۰) سو بار پڑھے اور اپنی حاجت لکھ کر خداوند تعالیٰ سے مانگے، بہت جلد اُمید برآوے۔

زندگی کی منزل نہیں ملی
ن۔ و

السلام علیکم،

يَا وَاسِعُ، يَا عَزِيزُ، يَا اللَّهُ

آپ نے جو تسبیح ۱۱۰۰ دفعہ پڑھنے کو کہا تھا، اس پر میں عمل کر کے با وضو اسے پڑھ رہی ہوں۔ لیکن چونکہ میں طالب علم ہوں تو اب ہفتے میں دو دن میں یہ تسبیحات پڑھتی ہوں۔ آپ سے یہ پوچھنا تھا کہ اُسے با وضو پڑھنا ہے؟ چونکہ اکثر سفر کے دوران وضو نہیں ہوتا، پھر بھی زبان پر کلمہ یا استغفار رہتا ہے۔ تو کیا اگر وضو نہ ہو تو یہ تسبیح پڑھی جاسکتی ہے؟

جس طرح اللہ نے انسان کو اس دنیا میں بھیجا ہے تاکہ وہ اپنی زندگی کو دین و دنیا دونوں کی نوک پلک سنوار کر گزارے۔ اسی طرح بحیثیت انسان کوشش کرنی ہوں کہ اپنی روٹین (Routine) میں اُس ہستی کو بھی یاد رکھوں جس نے مجھے جیسا بھی اس دنیا میں بھیجا ہے اس کے بتائے ہوئے شرم و حیاء کے دائرے اور اپنے والدین کے وسائل کو مد نظر رکھتے ہوئے اپنی تعلیم اور محنت، لگن اور جدوجہد کو جاری رکھوں۔

مجھے اُس مالک کی ذات پر پورا بھروسہ اور یقین ہے۔ (الحمد للہ)۔ لیکن شاید جب کبھی اپنی ذات پر بغور سوچتی ہوں تو شاید ایک ڈری ڈری سی اس کی وہ بنائی ہوئی مخلوق اپنے آپ کو محسوس کرتی ہوں۔ اس دنیا سے جانا تو سب کو ہی ہے اور موت برحق ہے۔

آپ سے اتنی گزارش ہے کہ مجھے اپنی دعاؤں میں یاد رکھیں، کہ اللہ مجھے ہمت، حوصلہ دے اور میں اپنی طرح کے

لوگوں کے لئے کچھ کر سکوں۔ مجھے اس بات کا بخوبی اندازہ ہے کہ میں جتنی بھی تعلیم یافتہ ہوں، شاید اور بھی ایسے لوگ ہیں جن کی پہنچ سے یہ تعلیم بھی بہت دور ہے۔ اللہ مجھے میری اپنی field میں رہتے ہوئے کامیابی اور کامرانی سے نوازے اور میں ان کے لئے کچھ کر سکوں۔ اور اگر کوئی سورۃ جو مجھے میری زندگی کی منزل پانے میں کار آمد ثابت ہو تو تجویز کر دیجئے گا۔ جو میں آسانی سے روز اس پر عمل کر کے پڑھ سکوں۔ اور کسی بھی چیز کو گچی میت سے پڑھا جائے تو اس کے پڑھنے کی راحت اور سکون ضرور محسوس ہوتا ہے۔

جواب اس وظیفے کے ساتھ یہ وظیفہ پڑھیں۔

پریشان حال اور مصیبت زدہ کے لئے
اسم اعظم وہ مبارک دعا ہے جو حضرت علی المرتضیٰ نے مرفوعاً روایت فرمائی ہے (کمانی الغنیہ)۔ یہ دعا ہر پریشان حال مصیبت زدہ کے لئے نافع ہے۔ جس غم زدہ مصیبتوں میں مبتلا شخص نے یہ دعا پڑھی ہے، اللہ تعالیٰ نے اس کی حاجت روائی فرمائی ہے اور حضور پاک ﷺ نے بعض لوگوں کو خواب میں ارشاد فرمایا ہے کہ یہ دعا اسم اعظم ہے۔

حضرت شیخ عبدالقادر جیلانی نے غنیۃ الطالبین میں یہ قصہ ذکر فرمایا ہے (جس کا خلاصہ یہ ہے)۔ حضرت علیؑ نے کعبہ شریف کے گرد ایک شخص کو بعض دردناک اشعار کے ذریعے فریاد کرتے سنا۔ وہ اپنے جرم کی معافی اور مصیبت و بیماری سے خلاصی مانگ رہا تھا۔ آپ نے حضرت حسنؑ کے ذریعے اسے بلوایا۔ وہ ایک خوبصورت شخص تھا اور اس کے جسم کا دایاں حصہ مفلوج تھا۔ حضرت نے اس سے پوچھا، تم کون ہو؟ تو اس نے بتایا کہ میں عربی ہوں۔ میرے والد نے مجھے گناہوں سے روکا تو میں نے ان کے چہرے پر تھپڑ مار دیا۔ وہ اپنی اونٹنی پر سوار ہو کر کعبہ شریف آئے اور میرے لئے (چند دردناک اشعار پڑھ کر) بددعا کی۔ ابھی وہ دعا سے فارغ نہیں ہوئے تھے کہ مجھ پر وہ مصیبت آگئی جو آپ ملاحظہ فرما رہے ہیں۔ پھر جب وہ واپس آئے تو میں نے انہیں راضی کر لیا اور ان سے درخواست کی کہ جس جگہ بددعا کی تھی وہیں جا کر میرے لئے دعا فرمائیں۔ وہ جانے کے لئے اونٹنی پر سوار ہوئے مگر اس سے گر پڑے اور ان کا انتقال ہو گیا۔ حضرت علی کرم اللہ وجہہ نے ارشاد فرمایا: کیا میں تمہیں ایسی دعا نہ سکھاؤں جو میں نے حضور کریم ﷺ سے سنی ہے اور آپ کو یہ فرماتے ہوئے سنا ہے کہ جو غم زدہ شخص اس دعا کو پڑھے گا، اللہ تعالیٰ اس کی مصیبت دور فرمائیں گے۔ اور وہ دعا یہ ہے:

اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ يَا عَالِمَ الْخَفِيَّةِ يَا مَنِ السَّمَاءِ بِقُدْرَتِهِ مَبْنِيَّةٍ وَيَا مَنِ الْأَرْضِ بِقُدْرَتِهِ مَدْحِيَّةٍ وَيَا مَنِ الشَّمْسِ وَالْقَمَرِ

بُنُورِ جَلَالِهِ مُشْرِقَةِ مُضِيَّةٍ وَيَا مُقْبِلًا عَلَى كُلِّ نَفْسٍ رُكْبَةً وَيَا مُسْكِنَ رُغْبِ الْخَائِفِينَ وَأَهْلِ الْبَلِيَّةِ وَيَا مَنْ حَوَائِجِ الْخَلْقِ عِنْدَهُ مَفْضِيَّةٌ وَيَا مَنْ تُجْبَى يُوسَفُ عَلَيْهِ السَّلَامُ مِنَ الْعُبُودِيَّةِ وَيَا مَنْ مَنْ لَيْسَ لَهُ بَوَابُ يُنَادِي وَلَا صَاحِبٌ يُغْشَى وَلَا وَزِيرٌ يُؤْتَى وَلَا غَيْرُهُ رَبُّ يُدْعَى وَلَا يَزْدَادُ عَلَى الْحَوَائِجِ إِلَّا كَرَمًا وَجُودًا. صَلَّى اللَّهُ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ وَاعْطِنِي سُوْلِي إِنَّكَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ.

پھر حضرت علیؑ نے ارشاد فرمایا اس دعا کو سنبھال لو کیونکہ یہ عرش کے خزانوں میں سے ایک خزانہ ہے۔ اس بیمار شخص نے یہ دعا مانگی تو اللہ تعالیٰ نے اسے شفاء فرمادی۔ پھر اس نے خواب میں نبی کریم ﷺ کو دیکھا اور آپ سے اس دعا کے بارے میں پوچھا، تو آپ نے ارشاد فرمایا، یہ اسم اعظم ہے۔

سوتیلی ماں اور بیماری
(ن/۱)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں اکیلی ہوں۔ بچپن میں میری والدہ کا انتقال ہو گیا تھا۔ میرا کوئی بہن بھائی نہیں ہے۔ میں سوتیلی ماں کے پاس رہتی ہوں۔ اور وہ مجھ پر بہت ظلم کرتی ہے۔ میری عمر ۱۷ سال ہے۔ ہر بات پر بارتی ہے۔ اس نے اسکول بھی نہیں پڑھنے دیا۔ گھر کا سارا کام میں ہے۔ اور میرا باپ ماں کے پیچھے لگا ہوا ہے۔ اتنے ظلم کرتی ہے، کیسے بتاؤں۔ اس کے تین چھوٹے بچے ہیں وہ بھی بہت ظلم کرتے ہیں۔ میرے ماموں نے میرا رشتہ لینے سے انکار کر دیا۔ اب کوئی بھی چارہ نہیں۔ میرا باپ بھی مجھ سے نہیں بولتا۔ یہ خط میں نے کسی سے لکھوایا ہے۔ اور میرے سر میں درد رہتا ہے۔ جس سے نظر کی عینک لگی ہوئی ہے۔ اور میں گروے کی مریض ہوں۔ نیز موٹا بہت ہو گیا ہے۔ ڈاکٹر کا کہنا ہے کہ اس کا آپریشن کروایا جائے۔ لیکن میرے گھر والے مجھے دوائی بھی نہیں لے کر دیتے۔ آپ رحم دلی سے میرے لیے کوئی راستہ نکالیں۔ کئی دن تک روتی کھانے کو نہیں دیتے جس سے میری بیماری اور تکلیف اور بھی بڑھ جاتی ہے۔ میں اس گھر سے نجات حاصل کرنا چاہتی ہوں۔

جواب بہن آپ ہمت کر کے سورۃ القریش ۱۲۱ بار روزانہ پڑھیں اور تمام گھر والوں کے دل کا تصور کر کے پھونکیں اور اپنے اوپر پھونکیں۔ اٹھتے بیٹھتے بھی یہ سورۃ نہایت کثرت سے پڑھیں۔ ۹۰ دن یہ عمل کریں آپ کے لیے انشاء اللہ تعالیٰ خزانہ غیب سے دروازے کھلیں گے۔

مستند روحانی نسخے

جو میں نے دیکھا، سنا اور سوچا

بندہ نے ایک درس کے دوران سرور کوٹنیں ﷺ کی تعلیم فرمائی ہوئی دعا کی افادیت اور فضائل بیان کیے۔

بِسْمِ اللّٰهِ عَلٰی دِیْنِیْ وَ نَفْسِیْ
وَوَلَدِیْ وَ اَهْلِیْ وَ مَالِیْ ط

ایک محسن نے اپنا ایک ذاتی مشاہدہ بیان کیا کہ جب سے اس عمل کے متعلق سنا ہے اسی دن سے اس کو معمول بنالیا ہے کہ اس کی طاق اعداد پڑھ لیتا ہوں یعنی کم از کم تین بار اور زیادہ جتنا ہو سکے ان کی فیکٹری میں ایک واقعہ ہوا کہ فیکٹری کے عقب میں شام سے پہلے کچھ چور داخل ہوئے اور قیمتی مشین کھول رہے تھے اور چوکیدار گیٹ پر مطمئن بیٹھے تھے انہیں عمارت کے عقب کی خبر نہ تھی۔ اللہ پاک کی کریمی دیکھیں کہ اسی وقت ایک بڑا سانپ نکلا، چوکیدار اس سانپ کے پیچھے دوڑے اور سانپ نے عمارت کی پچھلی طرف کا رخ کیا جس طرف چور اپنا کام کر رہے تھے اب جب چوکیدار نے چوروں کو مصروف عمل دیکھا تو شور مچایا یوں چور بھاگ گئے اور سانپ بھی غائب ہو گیا حالانکہ چور اپنے کام کے آخری مراحل میں تھے۔ اللہ پاک نے ایک بڑے نقصان سے اس دعا کی برکت سے بچالیا، دوسرا واقعہ بتانے لگے کہ ان کی فیکٹری میں کیمیکل ہوتا ہے جو فوراً آگ پکڑ لیتا ہے رات کی شفٹ میں ایک نئے آدمی نے غلطی سے اس کا ڈھکن اٹھا کر لائٹ سے اس کے اندر کیمیکل کی مقدار جانچنا چاہی تو کیمیکل نے فوراً آگ پکڑ لی اور اس نے لائٹ فوراً باہر پھینک دیا اور تھوڑی سی آگ فوراً بجھا دی گئی، ورنہ پوری فیکٹری انسانوں سمیت ہم کی طرح پھٹ جاتی اس مسنون دعا کی برکت سے حفاظت ہوگئی

قارئین بندہ وقفاً وقفاً اپنے مشاہدات مذکورہ عنوان سے لکھتا رہے گا، اگر آپ کے پاس کوئی چشم دید واقعہ ہو تو ہمیں ضرور لکھیں یا بتائیں۔ (مدیر)

کار خیر کا اچھا انداز

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں، جملہ حق خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی ہو، مزید یہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب ہمیں گفٹ کر دیں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔ (ادارہ)

(بے چین دلوں کا سکون اور مایوس گھروں کے لئے بہار، شری کمالات و برکات آپ کے ہاتھوں میں)

ترکیب عمل:

یہ عمل کیا جاسکتا ہے ہمارے بزرگوں کا عمل ہے دعا ہے اللہ تعالیٰ پڑھنے والے کی طرف سے قبول فرمائے

(8) دیندار بننے کا آسان نسخہ:

حضرت شاہ عبدالغنی پھولپوری قدس سرہ العزیز نے ارشاد فرمایا (کہ جس شخص کو) شدید قبض طاری ہو اور قلب میں انتہائی ظلمت اور جمود پیدا ہو گیا ہو اور سالہا سال سے دل کی یہ کیفیت نہ جاتی ہو تو ہر روز وضو کر کے پہلے دو رکعت نماز نفل تو بہ کی نیت سے پڑھے پھر سجدہ میں جا کر بارگاہِ رب العزت میں عجز و ندامت کے ساتھ خوب گریہ و زاری کرے اور خوب استغفار کرے پھر اس وظیفہ کو (۳۶۰) مرتبہ پڑھا جائے

☆ یا حبیبی یا قیوم لا الہ الا انت

سبحنک انی کنت من الظلمین

ترجمہ: اے زندہ رہنے والے اے قائم رکھنے والے تیرے سوا کوئی معبود نہیں تو پاک ہے بے شک میں ہی ظلم کرنے والوں میں سے ہوں (پارہ ۷ آیت ۸ سورۃ الانبیاء) وظیفہ مذکور میں یا حبیبی یا قیوم دو اسماء الہیہ ایسے ہیں جن کے اسم اعظم ہونے کی روایت ہے اور آگے وہ خاص آیت ہے جسکی برکت سے حضرت یونس علیہ السلام نے تین تاریکیوں سے نجات پائی پہلی تاریکی اندھیری رات کی، دوسری پانی کے اندر کی، تیسری مچھلی کے شکم کی، ان تین تاریکیوں میں حضرت یونس علیہ السلام کی کیا کیفیت تھی اس کو خود حق تعالیٰ جل شانہ نے ارشاد فرمایا ”وھو مظلوم“ اور وہ گھٹ رہے تھے کظم عربی لغت میں اس کرب و بے چینی کو کہتے ہیں جس میں خاموشی ہو حضرت یونس علیہ السلام کو اسی آیت کریمہ کی برکت سے حق تعالیٰ شانہ نے غم سے نجات عطا فرمائی اور آگے یہ بھی ارشاد فرمایا کہ

وَ کَذٰلِکَ نُنَجِّی الْمُؤْمِنِیْنَ

ترجمہ اور اسی طرح ہم ایمان والوں کو نجات عطا فرماتے ہیں پس معلوم ہوا کہ قیامت تک غموں سے نجات پانے کے لئے یہ نسخہ نازل فرمایا گیا جو کلمہ گو بھی کسی اضطراب و بلا میں کثرت سے اس آیت کریمہ کا ورد رکھے گا ان شاء اللہ تعالیٰ نجات پائے گا۔ (بحوالہ مستند روحانی نسخے)

(بقیہ آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

کسی بھی ماہ کا نیا چاند دیکھنے کے بعد پہلے جمعہ سے مستقل سات دن تک نیچے لکھی ہوئی ترکیب کے مطابق روزانہ دن میں یا رات میں ایک وقت اور جگہ متعین کر کے پابندی کے ساتھ اللہ تعالیٰ کے ان مبارک ناموں کا وظیفہ پڑھے اگر کسی مجبوری سے جگہ اور وقت کی تبدیلی ہو جائے تو کوئی حرج نہیں ہوگا اگر کسی کو بدرجہ مجبوری یہ عربی دعا یاد نہ ہو سکے تو اس کا اردو ترجمہ ہی پڑھ لے ان شاء اللہ محمد نہ رہے گا

جمعہ کے دن	یا اللہ یا ہُو	ایک ہزار مرتبہ
ہفتہ کے دن	یا رحمن یا رحیم	ایک ہزار مرتبہ
اتوار کے دن	یا واحد یا احد	ایک ہزار مرتبہ
پیر کے دن	یا صمد یا وِتَر	ایک ہزار مرتبہ
منگل کے دن	یا حی یا قیوم	ایک ہزار مرتبہ
بدھ کے دن	یا خنان یا منان	ایک ہزار مرتبہ

جمعرات کے دن یا ذا الجلال و الاکرام ایک ہزار مرتبہ اور جمعہ کے دن بعد نماز جمعہ کم از کم تین مرتبہ یہ دعا پڑھے ترجمہ: ”اے اللہ میں آپ سے درخواست کرتا ہوں ان عظیم اور مبارک ناموں کے واسطے سے کہ آپ رحمت بھیجے حضرت محمد ﷺ پر اور آپ کی پاکیزہ آل پر اور سوال کرتا ہوں یہ کہ مجھے شامل فرمائے اپنے مقرب اور نیک بندوں میں، مجھے یقین کی دولت عطا فرما دنیاوی امراض مصیبتوں اور آخرت کے عذاب سے اپنی امان میں رکھ ظالموں اور دشمنوں سے میری حفاظت فرما ان کے دلوں کو پھیر دے ان کو شر سے ہٹا کر خیر کی توفیق عنایت کرنا آپ ہی کے اختیار میں ہے یا اللہ میری اس درخواست کو قبول فرمایہ میری صرف ایک کوشش ہے پھر وسوسہ اور توکل آپ ہی پر ہے (بیان کردہ حضرت مولانا افتخار الحسن صاحب کاندھلوی)

فائدہ بندہ عاجز کی ادنیٰ رائے یہ ہے کہ جس مقصد کے لئے پڑھا جائے اس کی نیت کر لی جائے اور جب تک وہ مقصد پورا نہ ہوگا تا رہا کہ پہلے جمعہ سے سات دن کرتے رہیں مجرب و اکسیر عمل ہے یقیناً محکم ہونا ضروری ہے کسی ناگہانی آفت یا مصیبت کے درپیش ہونے کے وقت چاہے وہ مصیبت فضلوں پر باغات پر یا جانوروں پر آئی ہو یا انسانوں پر آئی ہو اس مصیبت کے دفع کی نیت کر کے

طبی مشورے

مستقل سلسلہ

ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورہ ملے گا تو طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفافہ ہمراہ ارسال کریں۔ خط لکھتے ہوئے اسے اضافی گوند یا شیپ نہ لگائیں کھولتے ہوئے خط بھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے علیحدہ خط لکھیں۔ نام اور مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لفافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔

نوٹ: دوا سے زیادہ غذا پر بھروسہ کریں اور کوشش کریں کہ وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔ کیونکہ وہ اپنے اثر کے بعد جسم سے خارج ہو جاتی ہے۔ جبکہ غذا جزو بدن بن کر جسم پر اپنے دائمی اثرات مرتب کرتی ہے۔ ہر غذا کا وقفہ کم از کم چھ گھنٹے رکھیں، پرہیز علاج سے بہتر ہے، نماز پڑھ کر روح کو تندرست رکھیں، روح کی تندرستی جسم کی تندرستی ہے

شدید فیض ہے

(م، ش، ۱۱، جز اولہ)
حکیم صاحب عرصہ تین ماہ سے مجھے شدید فیض ہے ایک ایک گھنٹہ قضاے حاجت کیلئے بیٹھا رہتا ہوں میری عمر 32 سال ہے شادی ہوئے ڈیڑھ سال ہو گیا ہے۔ پچھلی سردیوں میں دودھ گرم میں سوف ڈال کر پیتا تھا۔ آج کل رات کو سونے سے پہلے دودھ میں برف ڈال کر پیتا ہوں۔ برائے مہربانی رہنمائی فرمائیں

نھنڈ۔ دودھ پینا چھوڑ دیں، اطریفل زمانی۔ جب تیکار لے کر اس کے اوپر لکھی ترکیب کے مطابق دو ماہ استعمال کریں۔ اور اس کے بعد لکھیں۔

دماغی کمائی، نیند نہ

(م، ب، مظفر گڑھ)
محترم مدیر! ہم عبثی میگزین باقاعدگی سے لیتی ہیں آپ بہترین نسخے بنا کر خلق خدا کی خدمت کر رہے ہیں۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے کئی سالوں سے دماغی کمائی ہے ساتھ ہی بلغم اور کھانسی بھی بہت شدید ہے کسی بھی دوائی سے کوئی خاص فرق نہیں پڑتا۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ مجھے جوڑوں کا درد ہے اور نیند بہت کم آتی ہے روزانہ 5 ملی گرام کی نیند کی گولی کھاتی ہوں اس کے باوجود اچھی نیند نہیں آتی چاہے ساری رات سوئی رہوں۔ آپ کوئی ایسا نسخہ بتائیں کہ اللہ تعالیٰ مجھے مکمل شفاء عطا فرمائے۔

بہن دماغی غذا کی بد پرہیزی سے بڑھتا ہے اور تجربہ شاید ہے جب بھی غذائی بد پرہیزی کی، یہ بڑھ گیا۔ ورنہ نادرل رہتا ہے۔ آپ کو ایک نبوی ﷺ نسخہ بتاتا ہوں، بہت آزمودہ اور لا جواب ہے۔ جو (لنفاہی): زیتون (100 گرام)۔ کلونجی (20 گرام)۔ تخم مٹھی (20 گرام)۔ قط شرین (20 گرام)۔ ادویات کوٹ پیس کر روغن میں ملا کر ایک چمچ صبح دوپہر شام کھانے کے بعد مستقل 2 ماہ استعمال کریں یہ نسخہ جوڑوں کے

دردوں دماغی، معدے کی تبخیر بادی اور گیس کے علاوہ جن خواتین کو ایام کی کمی ہو اس کیلئے مفید ہے۔

پیٹ میں کیڑے اور خون کی کمی

(م، ح، نوشہرہ)
محترم مدیر: میرے بیٹے کی عمر 11 سال ہے اسکے پیٹ میں کیڑے ہیں۔ خون کی کمی کا شکار ہے، کمزور ہے۔ خوش خوراک نہیں ہے۔ گلا بھی خراب رہتا ہے، گلے میں خراش رہتی ہے، آپ نسخہ تجویز کر دیں۔

بہن سب سے پہلے تو بچے کو ایسا پانی پلائیں جس میں لوہا بھجا ہوا ہو۔ یعنی کوئی لوہے کا گولا لے کر خوب آگ میں سرخ کر لیں پھر اسے پانی میں بھجادیں۔ اس طرح 7 بھجادیں اور پھر وہی پانی بوتلوں میں بھر کر محفوظ رکھیں۔ بچے کو وہی پانی پلائیں۔ دوسرا آپ انجیر 3 عدد روزانہ بچے کو صبح نہار منہ کھلائیں۔ انجیر ایک تو نبوی ﷺ علاج ہے اور دوسرا پیٹ کے امراض اور کیڑوں کے لئے نہایت اسیس ہے۔ مزید روغن زیتون 1/2 چمچ صبح و شام استعمال کریں یعنی کھانے کے بعد 2 ماہ یہ ترکیب کریں نہایت فائدہ ہوگا۔ انشاء اللہ

بال جھڑپے ہیں

(ر، ک۔ کراچی)
محترم مدیر صاحب! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال بہت زیادہ جھڑپے ہیں حالانکہ پہلے میرے بال گھنے تھے اور اب یہ حال ہے کہ سردھوتے وقت بھی بہت زیادہ بال گرتے ہیں، (Panteen) شیپو استعمال کرنے سے خشکی تو کم ہوگئی لیکن بال جھڑپے لگے۔ کوئی نسخہ یا ہربل شیپو تجویز فرمائیں۔

بہن ان تمام قسم کی شیپو کی وجہ سے خواتین کے بال برباد ہو گئے ہیں لیکن نئے نئے اشتہارات کی وجہ سے خواتین شیپو لینے پر مجبور ہو جاتی ہیں حالانکہ یہ سراسر نقصان اور دھوکا ہے۔ آپ بہن ایسا کریں ریٹھا، آملہ اور باجھو اور مہندی کے پتے ہر ایک 50 گرام لے کر 5 کلو پانی میں ان کو بھکا کوٹ کر بھگو دیں اور اس پانی کو 1/2 گھنٹہ ابالیں اور پھر

انہیں روزانہ اسی پانی سے سردھوئیں۔ کوئی شیپو صابن قطعی استعمال نہ کریں۔ 2 ماہ مستقل بالوں کے تمام امراض کیلئے لا جواب نسخہ ہے۔ اور اگر روزانہ دن میں 3 بار ناف میں کوئی سائیل لگائیں تو نفع دوگنا ہو جائے گا۔

عجیب قسم کا مسئلہ اور چرے پھل

(س، ک، انارکلی)
محترم مدیر صاحب: میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری عمر 18 سال ہے اور وزن 38 کلو ہے۔ میری جسامت ٹھیک ہے لیکن چہرہ کافی کمزور ہے۔ میں چاہتی ہوں کہ چہرہ تھوڑا ٹھیک ہو جائے، میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا رنگ گورا ہے لیکن چہرے پر بھورے رنگ کے تیل ہیں۔ برائے مہربانی دودھ اور پھل کے علاوہ کوئی آسان علاج تحریر فرمائیں۔ میری دو بہنیں جن کی عمر 11 اور 6 سال ہے وہ بھی بہت کمزور ہیں ان کے لئے بھی کوئی دوائی تحریر فرمائیں، آپکا احسان ہوگا۔

آپ سب سے پہلے بادی چیزیں کھانا چھوڑ دیں اگر کوئی کریم یا لوشن استعمال کرتی ہیں تو فوراً چھوڑ دیں۔ صابن عام سادہ بلکہ لائف بوائے ہی بہتر ہے استعمال کریں۔ بطور دوا مندرجہ ذیل نسخہ 3 ماہ مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔ عجوبہ، اطریفل شاہسترہ، اطریفل کشیز۔ اچھے دواخانے کا لے کر طریقہ استعمال اس پر سے پڑھ کر استعمال کریں۔ غذا نمبر 5 اور 16 استعمال کریں۔

کالایر قان اور علاج کے چکر

(ا، ف، ش)
محترم حکیم صاحب: عرض یہ ہے کہ میرا بھائی پچھلے تین چار سال سے شدید قسم کے اعصابی دردوں میں مبتلا ہے۔ عمر اس کی تقریباً 23 سال کے قریب ہے۔ لیکن حالت یہ ہوگئی ہے کہ اپنی عمر سے کئی گنا بڑا دکھتا ہے۔ وہ پچھلے دو سال سے ہپاٹائٹس میں بھی مبتلا ہے۔ ان دو امراض کو لے کر ہم بڑے بڑے ڈاکٹرز کے پاس گئے ہیں لیکن وہ ڈاکٹرز Pain Killers اور چند طاقت کی گولیوں سے آگے نہیں بڑھے۔ چند ایک جیکوں سے بھی مشورہ ہوا۔ انہوں نے بھی

تلی دلائی کہ ٹھیک ہو جائیگا۔ لیکن بے سود، پہاٹائش تو کسی حد تک کنٹرول ہے کیونکہ اس کی L.F.T بالکل نارمل ہے۔ (الحمد للہ)۔ لیکن جو بنیادی مسئلہ ہمارے لئے بنا ہوا ہے وہ اس کی دردیں ہیں۔ پچھلی جانب پیٹھ سے لے کر گردن تک شدید کھچاؤ اور درد رہتا ہے۔ پسلیاں ہاتھ لگانے سے دکھتی ہیں۔ چھاتی کا بھی یہی حال ہے۔ کسی کو ٹھیک سے گلے نہیں مل سکتا۔ صحت کمزور ہو گئی ہے۔ یوں کہیں کہ ہڈیوں کی مٹھی بن گیا ہے۔ آجکل تو اور بھی بُرا حال ہے۔ نماز بھی ٹھیک طرح نہیں پڑھ سکتا۔ جوان لڑکے کی یہ حالت دیکھی نہیں جاتی۔ دسمبر میں اکتا کر ایک Medical Specialist سے لاہور میں ٹائم لیا۔ انہوں نے صورت حال دیکھ کر اور HCV کی رپورٹ وغیرہ دیکھ کر فرمایا کہ انجیکشنز کی ضرورت نہیں ورنہ ہم تو Injections لگوانے پر بھی آمادہ ہو گئے تھے۔ انہوں نے ہدایت کی کہ ہر ماہ اپنی A.L.T کروا کر مجھے فون پر بتاتے رہو۔ انہوں نے بھی ایک کپسول جگر کے لئے اور ایک طاقت کے لئے دیا ہے۔ اور بوقت ضرورت کوئی Pain Killer لینے کی ہدایت کی ہے۔ لیکن ”مرض بڑھتا گیا جوں جوں دوا کی“ والی بات صادق آتی ہے۔ رات میں بیٹھا آپ کی کتاب ”کلوئی کے کرشمات“ پڑھ رہا تھا تو اللہ نے یہ بات ذہن میں ڈالی کہ آپ سے بھی رابطہ کروں۔ براہ کرم و ہمدردی میرے خط

کا جواب ضرور دیجئے گا۔ امیں آپ سے فون پر بھی رابطہ کی کوشش کروں گا۔ انشاء اللہ

ہواشانی۔ ہندی۔ مٹھی۔ سونف۔ مٹھوادی بریاں۔ گل مدار، یا آک کے پھول، ہمزون گوت پیں کر 1/2 چمچ پانی کے ہمراہ دن میں چار بار استعمال کریں۔ 3 سے 5 ماہ تک۔ 4 اور 5 غذا زیادہ، 6-7 اور 8 کم استعمال کریں۔

اعصابی کچاؤ، شوگر، بلڈ پریشر

(ن۔ م۔ رشیدہ)
محترم مدیر: میری عمر ۶۰ سے ۶۵ سال ہے میں شوگر اور بلڈ پریشر کی مریض ہوں۔ آنکھوں کی روشنی بہت خراب، اعصابی کچاؤ بہت رہتا ہے۔ جڑے، سرگردن کی رگیں اٹھتی ہیں۔ پاؤں پر دم بہت رہتا ہے۔ پیٹ بھی بڑھا ہوا ہے۔ صبح شام انسولین لیتی ہوں۔ انسولین کی خوراک بڑھتی جا رہی ہے۔ اس کے باوجود شوگر کنٹرول میں نہیں۔ ڈاکٹروں نے سارے ٹیسٹ کروائے۔ جگر بڑھا ہوا ہے، دل بھی بڑھا ہوا ہے۔ چلنے میں سانس پھولتا ہے۔ یورک ایسڈ، کولسرول بڑھا رہا ہے۔ پیشاب میں پروٹین بھی جاتا ہے۔ ڈاکٹر کہتے ہیں گردے خراب ہو رہے ہیں، شوگر کنٹرول رکھیں۔ میرا وزن بہت زیادہ بڑھتا ہی جا رہا ہے۔ 102 KG وزن ہے۔ اتنی تکلیف کے

باوجود وزن کیوں کم نہیں ہو رہا، پاؤں میں درد بہت ہو رہا تھا، پھر رفتہ رفتہ وزن بڑھنا شروع ہو گیا۔ بچے بھی نہیں ہیں، بھائیوں کے ساتھ رہتی ہوں۔ اللہ کا شکر ہے کوئی پریشانی نہیں۔ شوگر ہوئے ۱۲ سے ۱۳ سال ہو گئے۔ پاؤں میں درد بہت ہے، چلا نہیں جاتا۔ آج سے دو سال پہلے آپ کی شوگر کی گولیوں کا نسخہ لکھا ہے وہ رسالہ میں نے پڑھا۔ اب آپ بتائیں وہ گولیاں کہاں ملیں گی، میرے لئے فائدہ مند ہیں گی، کیونکہ میرا وزن زیادہ ہے دوا میں طاقت ہے، طاقت کی دوا ہے۔ ویسے مجھے کمزوری بہت لگتی ہے۔ تھوڑا سا چل پھر لوں، زیادہ بول لوں، جھکوں ہو جاتی ہے چکر آنے لگتے ہیں نیند آنے لگتی ہے ایسا محسوس ہوتا ہے کہ پتا نہیں کتنا کام کیا ہے اور جسم میں سانس ہی نہیں رہ جاتا۔ اس لئے برائے مہربانی مجھے مشورہ دیں میں کیا کروں۔ مجھے نسخہ لکھ کر بھیج دیں یا دوا بھیج دیں۔ شکریہ

آپ جب شوگر منگوائیں اور مکمل کورس استعمال کریں۔ مزید ایک نسخہ لکھتا ہوں چاہیں تو وہ استعمال کریں۔
تخم ریحان۔ عتقرق حار۔ ریٹھا۔ تخم سرس۔ ہمزون لے کر پیس کر بڑے کپسول بھر کر دن میں 3 بار ایک کپسول پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ 90 دن تک 3 اور 4 ہر غذا کیں استعمال کریں۔

مریضوں کی منتخب غذائیں

غذا نمبر 1	غذا نمبر 2
منر، لوبیا، ابر، موش، ہرا چھولیا، کچنا، سبز مرچ، کوئی ترشی باجرے کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہو، اچار لیوں، مرہ، آملہ، مرہ ہریز، مرہ بھئی، مونگ پھلی، شربت انجبار، تخمین، جاسن، فالسہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوترا، ترش پھلوں کا رس	انڈے کی زردی، بڑا گوشت، پھل مین، والی، چنے، کرہ، پیلے، نمائز، حلیم، بڑا قہو اور اس کے کباب، پیاز، کزہ، مین کی روٹی، دارچینی، لونگ کا قہو، سرخ مرچ، چھوہارے، پستہ، بھنے ہوئے چنے، جاپانی پھل، ناریل خشک، مویز (مٹھی)، مین کا حلوہ، غناب کا قہو
غذا نمبر 3	غذا نمبر 4
بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، مٹھی، پانک، ساگ، بینک، پکڑے، انڈے کا آلیٹ، دال، سور، نمائز، کچپ، پھلی شوربہ والی، روغن زیتون کا پرائیٹھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشادری قہو، قہو اجوائن، قہو تیز پات، کلوئی، کھجور، خوبانی خشک۔	دال مونگ، شام پیلے، مونگرے، چھوٹا منغز اور پائے، مکین، دیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مرہ آم، مرہ اورک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہو، ادراک شہد والا، قہو سونف، پودینہ، قہو زیرہ سفید، زیرہ کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دیکھی گھی، پیپہ، کھجور تازہ، خر بوزہ، شہوت، کشمش، انگور، آم شیریں، ٹھقند دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، منغز اخروٹ
غذا نمبر 5	غذا نمبر 6
کدو، مینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ مٹھا، امروہ، گرما، سردا، خر بوزہ پھیکا، مرہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤ زبان، عرق گاؤ زبان، انجیر، قہو گل سرخ، بالائی، حلوہ سوچی، دودھ سویاں، مٹھا دیہ، بند رس، ذبل روٹی، دودھ جلیبی، مسکٹ، کسٹرڈ، جلی، برنی، کھویا، گندیریاں، گنے کا رس، تر بوز، شربت بزروری، شربت بنفشہ	کدو، کھیرا، شلجم سفید، کزہ، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، گچھڑی، ساگودانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گچھڑی، چاول کی کھیر، پیٹھے کی مٹھائی، لوکاٹھ، کچی لسی، سیون اپ، دودھ، کھن، مٹھی لسی، الاچھی، ہی دانہ والا ٹھنڈا دودھ، مالنا، مسمی، مٹھا، اٹیچی، کیلا، کیلے کا ملک شیک، آکس کریم، فالوہ، فروز، شربت صندل، عرق کاسنی، شریفہ۔
غذا نمبر 7	غذا نمبر 8
اروی، بھنڈی، آلو، ثابت، ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاو، کے پتے، لٹوڑھے کا اچار، بگو گوش، ناشپاتی، تازہ سگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہو بڑی الاچھی، شربت گوند، گوند کثیر اور بانگو، سیب	آلو گوبھی، خرفہ کا ساگ، کدو کا راستہ، بند گوبھی اور اس کی سلاو، وہی بھلے، آلو چھولے، مٹی کی روٹی، منر پلاؤ، چنے پلاؤ، مرہ سیب، مرہ ہی، خمیرہ مروارید، سبز بیر، بھنے ہوئے - تو، سنگترہ، انناس، رس بھری

بہارِ رفتہ کی اُجلی سچی کہانیاں

زمین کا طوق کیسے اٹھاؤ گے؟

اندلس کے اموی حکمران الحکم نے پہاڑی کی چوٹی سے وادی کبیر کے کنارے پر ایک طائرانہ نظر ڈالی، بڑا دلکش منظر تھا۔ دریائے کنارے بلند و بالا درختوں کی قطار چلی گئی تھی، عقب میں وسیع سبزہ زار پھیلا ہوا تھا، سبزہ زار ختم ہوتے ہی قرطبہ کی عمارتیں شروع ہو گئی تھیں۔ آفتاب غروب ہونے کو تھا اور شفق کی سرخی میدان کے سبزے سے گلے ل کر عجیب بہار دے رہی تھی۔ الحکم کو یہ منظر ایسا بھایا کہ میدان میں ایک عظیم الشان قصر بنوانے کا فیصلہ کر لیا۔

انجینئر اور کارگر مگر طلب کر لئے گئے، نقشہ تیار ہو گیا، زمین کی پیمائش کی گئی، قصر کے حسن کو دوبالا کرنے اور باغات لگوانے کے لئے قرب و جوار کے مکانات گرانے کا فیصلہ ہوا، مالکوں سے بات چیت کی گئی، سب نے معقول معاوضہ لے کر مکان دے دیے لیکن ایک بیوہ خاتون نے اپنا مکان بیچنے سے صاف انکار کر دیا۔ شاہی حکام نے ہر چند کہا، دوسرے لوگوں سے کئی گنا قیمت پیش کی، دباؤ ڈالا، ڈرایا دھمکایا مگر بیوہ عورت تحریص کے دام میں نہ آئی، نہ دھمکیوں سے مرعوب ہوئی۔ معاملہ الحکم تک پہنچا، وہ سخت چراخ پا ہو گیا، فوراً فرمان جاری کیا: ”مکان زبردستی لے لیا جائے اور قصر کی تعمیر شروع کر دی جائے“ حکم کی تعمیل ہوئی۔ کو تو ال نے بیوہ کو زبردستی مکان سے نکال دیا۔ کدال اور پھاؤڑے حرکت میں آ گئے، دیکھتے ہی دیکھتے مکان زمین بوس ہو گیا۔ چند ماہ بعد اس جگہ ایک خوش نما قصر سر اٹھائے کھڑا تھا۔

قیامت کے روز جب حاکموں کا حاکم ذرا ذرا حساب لے گا اور عدل و انصاف کے لئے رعایا اور بادشاہ اور فقیر و غنی سب کو ایک قطار میں کھڑا کر دے گا، جب غریب و بے نوا اپنے اچھے اعمال کی بدولت نا انصاف بادشاہوں پر سبقت لے جائیں گے

عورت نے عدالت میں بادشاہ پر استغاثہ دائر کر دیا۔ قاضی سے کہا: ”میں ایک بیوہ ہوں، بادشاہ نے میرے یتیم بچوں کا حق غصب کر لیا ہے، بادشاہ کے مقابلے میں انصاف کی توقع کم ہے لیکن اگر آپ آزادی اور جرات سے کام لیں اور انصاف کریں تو میرے بچے کبھی اپنے حق سے محروم نہیں رہ سکتے۔“

”بی بی بے فکر رہو، میں عدل و انصاف سے کام

لوں گا، بادشاہ اور ایک غریب عورت میری نظر میں یکساں ہیں، اگر تمہارا حق بنتا ہے تو کوئی تمہیں اس حق سے محروم نہیں کر سکتا، قاضی نے جواب دیا۔

قاضی بادشاہ کی طبیعت سے خوب واقف تھا جو بڑا ائید مزاج اور خلعہ صفت انسان تھا۔ ایک بار اس نے دھوکے سے اپنے تین سو مخالفین لٹک کر کے ان کے سر اپنے محل پر لٹکوا دیئے تھے۔ کسی کو اس کے سامنے بولنے کی مجال نہ تھی۔

قاضی نے عورت کو لمبی تاریخ دے دی اور الحکم کے نام عدالت میں حاضر ہونے کے سمن جاری کر دیئے۔ عورت لمبی تاریخ ملنے کے بعد مایوس ہو گئی لیکن قاضی چاہتا تھا کہ مقدمے کی سماعت کی نوبت نہ آئے اور دوسری تدابیر ہی سے غریب عورت کا حق مل جائے۔

قصر تعمیر ہو چکا تھا، باغات لگ رہے تھے۔ ایک روز قاضی کو خبر ملی کہ بادشاہ قصر کا معائنہ کرنے تنہا جا رہا ہے۔ قاضی ایک گدھے پر خالی بورا لادے پہنچ گیا اور عرض کی کہ غلام اس جگہ کی مٹی بطور اعزاز اپنے باغ میں ڈلوانا چاہتا ہے، ایک بورا بھرنے کی اجازت دیجئے۔ بادشاہ نے اجازت دے دی۔ قاضی بورا بھر چکا تو کہنے لگا: ”تھوڑا سا ہاتھ بٹائیے میں بورا گدھے پر رکھ لوں“ بادشاہ تسخرانہ انداز میں ہنس دیا اور بوجھ اٹھانے میں مدد دی، لیکن بورا بہت بھاری تھا، اٹھ نہ سکا۔

قاضی نے کہا: ”اے امیر! آپ ایک بورے کا بوجھ دوسرے کی مدد سے بھی نہیں اٹھا سکتے پھر قیامت کے روز جب حاکموں کا حاکم ذرا ذرا حساب لے گا اور عدل و انصاف کے لئے رعایا اور بادشاہ اور فقیر و غنی سب کو ایک قطار میں کھڑا کر دے گا، جب غریب و بے نوا اپنے اچھے اعمال کی بدولت نا انصاف بادشاہوں پر سبقت لے جائیں گے اور جب وہ غریب بیوہ عورت جس کا مکان زبردستی چھین کر آپ نے یہ محل بنوایا ہے بارگاہِ ایزدی میں آپ کے خلاف استغاثہ دائر کرے گی اور اللہ تعالیٰ فرشتوں کو حکم دے گا کہ اس زمین کا طوق آپ کی گردن میں ڈال دیا جائے تو آپ اس کا بوجھ کیسے اٹھا سکیں گے؟“

الحکم قاضی کی تقریر سن کر رونے لگا اور اسی وقت حکم دیا کہ محل اور باغات مع ساز و سامان کے اس بیوہ عورت کو دے دیے جائیں۔

خلیفہ کا دعویٰ خارج کر دیا گیا

قاضی ابن جازم کو خلیفہ معصوم باللہ کا ایک پیغام پہنچا: فلاں

فحش کے متعلق آپ نے حال ہی میں جو فیصلہ کیا ہے اور لوگوں کو ان کا مال دلوایا ہے اس کی طرف میرا بھی حق نکلتا ہے، مجھے بھی مدد کی سیکھئے اور میرے دعوے پر غور کر کے میرا حصہ بھی دلوایئے۔

جازم نے جواب میں کہلا بھیجا: عدالت کا جوامیری گردن میں ڈال کر آپ فرماتے ہیں کہ میں بغیر گواہوں کے آپ کا دعویٰ مان لوں، یہ کیسے ہو سکتا ہے؟ آپ گواہ پیش کیجئے۔

خلیفہ نے کہلا بھیجا: فلاں فلاں میرے دو معزز گواہ ہیں۔ قاضی نے جواب دیا: وہ گواہ آپ کے نزدیک معزز ہوں گے میں جب تک یہ نہ دیکھ لوں کہ وہ شریعت کے مطابق شہادت دینے کے قابل ہیں یا نہیں، آپ کے دعوے کو نہیں مان سکتا نہ ان کی شہادت قبول کر سکتا ہوں

گواہوں کو جب پتہ چلا کہ ان پر سخت جرح ہونے والی ہے، انہوں نے گواہی دینے سے انکار کر دیا، خلیفہ کا دعویٰ خارج کر دیا گیا۔

علم دین کی توقیر

لوگوں کو جب پتہ چلا صحیح بخاری کے جامع اور اپنے وقت کے سب سے بڑے محدث امام محمد بن اسماعیل بخاریؒ نے زمانہ دراز کے بعد اپنے وطن واپس آ رہے ہیں تو پورا بخاران

امام محمد بن اسماعیل بخاریؒ نے زمانہ دراز کے بعد اپنے وطن واپس آ رہے ہیں، تو پورا بخارا ان کے استقبال کے لئے نکل کھڑا ہوا۔ جوش و خروش کا یہ عالم تھا کہ لوگوں نے بے شمار درہم و دینار آپ پر بھجوا کر دیئے۔ اتنا عظیم الشان استقبال آج تک کسی کا نہ ہوا تھا۔ بخارا کے امیر خالد بن احمد الذہلی کے دل میں کھٹک پیدا ہو گئی۔ ادھر جاہ طلب اور دین فروش لوگوں نے بھی جو امام کی اس مقبولیت سے خار کھانے لگے تھے، اسے بہکا دیا۔ بظاہر ناراضی کی کوئی وجہ نہیں تھی، اس لئے امیر نے امام صاحب کے پاس اپنا آدھی بھیجا کہ آپ اپنی کتاب بخاری شریف اور تاریخ مجھے آکر سنایا کریں۔ امام نے پیغام سنا تو غصے سے ان کا چہرہ سُرخ ہو گیا۔ فرمایا: ”امیر سے کہہ دو میں علم دین کو سلاطین و امراء کے دروازے پر لے جا کر ذلیل نہیں کر سکتا۔ اسے علم حدیث کا شوق ہے تو میرے مکان پر یا میری مسجد میں عام طلبہ کے ساتھ بیٹھ کر پڑھئے۔“

امیر بخارا امامؒ کے اس بے باکانہ جواب پر سخت ناراض ہوا اور حکم دیا کہ وہ بخارا سے نکل جائیں۔ امام فوراً اٹھ کھڑے ہوئے اور سمرقند کے مضافات میں چلے گئے اور تھوڑے عرصے بعد اپنے اللہ سے جا ملے۔

امیر بخارا امامؒ کے اس بے باکانہ جواب پر سخت ناراض ہوا اور حکم دیا کہ وہ بخارا سے نکل جائیں۔ امام فوراً اٹھ کھڑے ہوئے اور سمرقند کے مضافات میں چلے گئے اور تھوڑے عرصے بعد اپنے اللہ سے جا ملے۔

آپ کا خواب اور روشن تعبیر

کیا یہ درست ہے کہ خواب سے زندگی کے ہر مسئلے میں رہنمائی ملتی ہے؟ خواب بیماریوں کے علاج، دکھوں کے مداوے میں معاون ثابت ہوتے ہیں؟ حتیٰ کہ کسی دشمن یا حاسد کے کسی بھی قسم کے حملے سے آگاہی بعض اوقات خواب کے ذریعے ہو جاتی ہے۔ اگر اس کی تعبیر روشن اور واضح ہو۔ آپ اپنے خواب نکھیں۔ صاف صاف نکھیں۔ خواب نکھتے ہوئے کوئی دوسرا مسئلہ درمیان میں نہ نکھیں دوسرے مسائل کے لئے علیحدہ خط نکھیں۔ توجہ طلب امور کے لئے یہ نکھا ہوا جوابی لغاف ہمراہ ارسال کریں۔ خط نکھتے ہوئے اضافی گوند یا شیپ نہ لگائیں خط کھولنے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا، کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام خط کے اندر نہ لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔

خواب: کمرے کی چھت

(ن-م/نا معلوم)

محترم حکیم صاحب! السلام علیکم!

خواب کچھ یوں ہے کہ میری سز نے دیکھا کہ جس کمرے میں ہم رہتے ہیں اس کمرے کی چھت میں دراڑیں پڑی ہیں اور ڈر رہی ہے کہ چھت اوپر گر جائے گی اور چاہتی ہے کہ گھر سے باہر کہیں جا کر سوئیں۔ کبھی کبھی رات کو دباؤ محسوس ہوتا ہے۔ نہ ہاتھ پاؤں ہلنے ہیں اور نہ آواز نکلتی ہے اور کچھ دیر بعد ٹھیک ہو جاتا ہے۔

جواب:

اس گھر میں کالے جادو کے کچھ تعویذ دبائے ہوئے ہیں۔ گھر کے مغرب کی جانب کو چھانیں اور تلاش کریں۔ یہ عمل مشکل کے دن کیجئے گا۔

تلاش کرتے ہوئے سورۃ الکوکثر کثرت سے پڑھیں پھر ان کو بانی میں بہادیں اور اس کا مستقل روحانی علاج کریں۔

خواب: زمین اور قبر

(ز-ف/میانوالی)

یہ خواب میری بہن (الف) کو آیا تھا کہ ہمارے ماموں کے گھر، جہاں ہم رہتے ہیں، مچن میں کھڑی ہوں۔ اچانک میں (الف) اُدھر اُڑنے لگتی ہوں تو مجھے خوف آتا ہے کہ میں کہیں نیچے کی طرف نہ جانے لگوں۔ پھر مجھے بہت سے جن نظر آتے ہیں جو اُڑ رہے ہیں۔ پھر میں ایک دم سے نیچے کی طرف آنے لگتی ہوں تو دل میں سوچتی ہوں کہ کہیں اللہ مجھے زمین کے نیچے یعنی قبر میں نہ لے جائے اور نیچے کا حال دکھائے۔ میں دعا کرتی ہوں کہ اللہ مجھے نیچے نہ لے کر جائے تو میں زمین پر پہنچ کر رُک جاتی ہوں اور شکر کرتی ہوں کہ اللہ تعالیٰ نے میری دعائیں لی۔

یہ خواب میری ماما کو آیا تھا کہ میری شادی میرے منہ بولے ماموں سے ہو رہی ہے (ان کی حقیقت میں شادی کو تیرہ سال ہو چکے ہیں) اور سب بہت زیادہ خوش ہیں۔

جواب:

یہ شادی اگر نہ کی جائے تو بہتر ہے۔ تمام خواب آپ کی شادی سے متعلق ہے۔ کیونکہ آپ دونوں کا مزاج نہیں ملتا

ہے اور نا خوشگوار زندگی کے بظاہر اسباب ہیں۔

خواب: مرغی اور میں

(ج-ب/لاہور)

میں (ن) یہاں اپنے ماموں کے گھر میں کھڑی ہوں اور ہمارے کچن والی جگہ پر ایک شخص ہے جس کے پاس لوگ آکر مرغی پھینکتے ہیں۔ پھر دوڑکیاں آتی ہیں اور وہ بھی اسی طرح کرتی ہیں۔ پھر میری ماما آتی ہیں اور ان کے ہاتھ میں بھی کچی مرغی ہے وہ مجھے کہتی ہیں کہ جو مرغی میں نے پہلے بھیجی تھی وہ پھینکی؟ میں کہتی ہوں جی میں نے تو بھیجی تھی لیکن وہ اس نے کھائی نہیں ہے بلکہ وہ سامنے پڑی ہے۔ پھر ایک دم منظر بدلتا ہے اور میں اور میرا بھائی (ع) اوپر والے کمرے میں ہیں۔ وہ مجھے جلدی سے کھڑکی سے باہر دیکھنے کو کہتا ہے۔ جب میں دیکھتی ہوں تو بہت سے رنگوں کا ایک دائرہ ہے جو آسمان پر گھوم رہا ہے۔ میرا بھائی اشارہ کر کے کہتا ہے کہ وہ دیکھو کتنا خوبصورت ہے۔ میں اور میرا بھائی اسے دیکھنے لگتے ہیں اور ہم دونوں بہت خوش ہوتے ہیں۔

جواب:

گھریلو زندگی میں آپ کو ترقی ملنے کی امید ہے۔ رزق میں کمی بیشی ہو سکتی ہے، لیکن گھر میں سکون کی امید ہے اعمال کی برکت سے۔ آپ جو اعمال کر رہے ہیں ان میں سورۃ الفحیٰ 41 بار صبح شام پڑھیں۔

خواب: پاؤں کے کانٹے

(ن-ز/نصور)

مجھے خواب آیا کہ میرے پاؤں میں بہت سے کانٹے لچھے ہوئے ہیں۔ سارا پاؤں بھرا ہوا ہے اور بہت درد ہو رہا ہے۔ پھر میں چھ سات کانٹے نکال لیتی ہوں لیکن باقی نہیں نکالتی

جواب:

آپ کو معدے کی تکلیف ہے اور یہ بڑھ کر اعصابی کمزوری کا ذریعہ بن سکتی ہے بلکہ یہ تکلیف اگر زیادہ بڑھی تو چننا پھرنا دُوبھر ہو سکتا ہے۔ اس کا مستقل علاج کریں۔

خواب: قرآن خوانی اور نیا گھر

(ن-خ/پنجاب)

ہم قرآن خوانی کے لئے سنے گھر میں جاتے ہیں وہاں 2 پیالے مع پرچیں اور 2 گم کرشل کے آجاتے ہیں اور بھی چھوٹی چھوٹی چیزیں تھوڑی دیر کے بعد آ جاتی ہیں۔ مین صاحب کہتے ہیں کہ کوئی حج کرنے گیا تھا تو وہ لے کر آیا ہے۔ پھر اس کے بعد کہیں سے کچھوریں اور آپ زم زم بھی آ جاتا ہے۔ پھر قرآن خوانی کے بعد کچھوریں لیتے ہیں، پھر نیچے کہتے ہیں کہ آپ بھی لیں تو میں کہتی ہوں کہ میں روزے سے ہوں۔ پھر اذان شروع ہو جاتی ہے تو میں بھی کچھورے افطار کرتی ہوں۔ پھر بچے چیزیں سینے لگتے ہیں۔ میں کہتی ہوں کہ میں نے دیکھنے ہیں کہ کیا تحفے آئے ہیں تو مین صاحب کہتے ہیں کہ آپ کو جو پسند ہے لے لیں۔ میں کہتی ہوں کہ پسند مجھے سب ہی ہیں لیکن میں کچھ نہیں لوں گی۔ تحفے جس کے لئے آتے ہیں وہی لیتا ہے۔ پھر چاروں قُل کے ختم میں پہلے سورۃ الکافرون 500 بار ختم کرنے کے بعد پھر باقی سورتیں 500 کر کے ختم کرنی ہیں کہ بالترتیب ایک مرتبہ سورۃ الکافرون، ایک مرتبہ سورۃ الاخلاص، ایک مرتبہ سورۃ الفلق اور ایک مرتبہ سورۃ الناس پڑھ کر 500 دفعہ کرتے ہیں۔

جواب:

دراصل آپ کے خواب کا تعلق زندگی کے اس گوشے سے ہے جس کو آپ نے نظر انداز کر رکھا ہے۔ یعنی آپ کی گھریلو زندگی، خواب زندگی کے امور کی عکاسی کرتے ہیں۔ آپ اپنی زندگی کو نرمی اور برداشت کی طرف لائیں۔ گھریلو الجھنیں ختم ہو جائیں گی۔ درگزر اور معاف کرنا آپ کے حق میں بہتر ہے۔

دوسرا حصہ اس خواب کا گھر بھر کی ضروریات ہیں۔ معلوم ہوتا ہے کہ آپ کا گھر بلو ضروریات میں توجہ نہیں دیتے اور پریشانی رہتی ہے۔ اس میں توجہ دیں۔

پریشان نہ ہوں

پریشان کن گھریلو الجھنیں اور ناقابل بیان روحانی اور جسمانی مسائل کے بہترین حل کیلئے ہمارا "عبقری" پتہ متا دیکھیے

ہمارا "عبقری" سے رابطے کیلئے فون نمبر 042-7552384 استعمال کریں

کلونجی، اسلام اور جدید سائنس

تحقیق: حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

کویت میں مجھے ایک عربی ملے باتوں باتوں میں کہنے لگے تم کلونجی استعمال کرو خود میں شوگر دل کے امراض معدہ کے امراض اور اعصابی امراض میں بہت عرصے سے مبتلا تھا جب سے میں نے ایک چمچ صبح و شام کلونجی استعمال کرنا شروع کی تو تمام امراض بتدریج کم ہو گئے آج میں ایک صحت مندانہ زندگی گزار رہا ہوں۔

برٹش ریسرچ لیبارٹری کی رپورٹ کے مطابق انہوں نے ابتداء میں ۲۰۰ شوگر کے مریضوں کا کلونجی کے ذریعے علاج کیا ان کا رزلٹ حیرت انگیز طور پر مثبت رہا اور کلونجی کے استعمال سے آہستہ آہستہ شوگر کنٹرول ہونا شروع ہو گئی۔ بندہ نے اپنے مطب میں اب تک بے شمار مریضوں کو شوگر کے لئے کلونجی کے استعمال کا مشورہ دیا جن لوگوں نے اسے توجہ دھیان اور مستقل مزاجی سے استعمال کیا وہ کلونجی کے بارے میں دیگر مریضوں کو بتانے میں اور استعمال کرنے کے مشورے دینے میں کوشاں ہیں۔

کلونجی اور یورک ایسڈ: لیبارٹری کے چیک اپ کے بعد یورک ایسڈ کی تعداد زیادہ ہو گئی، پھر ایک مستقل علاج کا سلسلہ شروع ہو گیا کیونکہ یورک ایسڈ کی وجہ سے گردوں کے امراض خاص طور پر گردوں کی پتھری جوڑوں کا پرانا درد گنٹھیا دل کے امراض وغیرہ پیدا ہونے کے خطرات ہمیشہ منڈلاتے رہتے ہیں لیکن جب مریضوں کو مستقل کلونجی کا استعمال بتایا گیا تو شافی مطلق کی رحمت نے شفا کا وسیلہ بنا دیا۔

خواتین کیلئے خوشخبری: شکایت کی جاتی ہے، چونکہ دودھ کم ہو گیا ہے اس لئے بچے کو ڈبے کا دودھ دیا گیا ہے اگر یہی خواتین کلونجی کا استعمال شروع کر دیں تو ان کا مسئلہ حل ہو جائے گا۔ ایک گھرانے کا جھگڑا اتنا طول پکڑ گیا کہ بات طلاق تک جا پہنچی جھگڑا صرف یہی تھا کہ ماں اپنے بچے کو خود دودھ پلائے جبکہ ماں کا کہنا تھا کہ دودھ کم ہے اور بچے کا پیٹ نہیں بھرتا۔ بندہ کے پاس یہ شکایت پہنچی تو میں نے انہیں کلونجی کے استعمال کا مشورہ دیا اللہ کے کرم سے وہ ٹھیک ہو گئیں۔

(کلونجی پر مزید تحقیق آئندہ شمارے میں ملاحظہ فرمائیں)

توجہ فرمائیں

آپ نے کوئی ٹونک یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزما یا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزما یا اور کامیاب ہوئے، آپ کو بلکھنا نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوک پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو بغیر اسم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے مخلوق خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔

جب سے ہم نے کلونجی کا استعمال شروع کیا تو حیرت انگیز طریقے سے تمام ادویات چھٹ گئیں اور معدہ گیس اور بادی کے تمام امراض سے نجات مل گئی۔ ایک خاتون نے بتایا میں نے اپنے جسم اور پیٹ کو کم کرنے کے لئے بہت قسم کی ادویات استعمال کیں لیکن ان کے مضرات تو بہت ہوئے افادہ نہ ہوا کسی نے کلونجی کے بارے میں بتایا تو جب سے میں نے کلونجی استعمال کرنا شروع کی دیگر ملنے والی خواتین مجھے پہچان نہ سکیں ایک صاحب بہت زیادہ چائے پینے سگریٹ پینے اور سارا دن کرسی پر بیٹھنے کی وجہ سے مجموعہ امراض بن گئے لیکن جب سے انہوں نے کلونجی کا استعمال شروع کیا تو آہستہ آہستہ تمام امراض سے چھٹکارا پالیا۔

کتے کے کاٹنے کا حتمی علاج

بندہ ایک علاقے میں مریض دیکھنے گیا وہاں سینکڑوں مریض دیکھے۔ ایک صاحب نے بتایا کہ یہاں ایک ان پڑھ آدمی کے پاس ایک دم ہے وہ کلونجی پر دم کر کے ایسے مریضوں کو دیتا ہے جن کو کتے نے کاٹ لیا ہو حتیٰ کہ وہ لوگ جنہوں نے کتے کاٹنے کی دیکسین لگوائیں تھی پھر بھی ان پر بادے پن کا حملہ ہو گیا لیکن جب انہوں نے وہ دم شدہ کلونجی چالیس دن استعمال کی تو تندرست ہو گئے شام کو وہ صاحب مجھے ملنے آئے اور اپنی صحت کے بارے میں مشورہ چاہا میں نے تمام لوگوں کو ایک طرف کر کے اس سے وہ دم پوچھا تو ہنس کر کہنے لگے یہ ایک راز ہے اور آج تک میں نے کسی کو نہیں بتایا لیکن آپ کا نام بہت سنا اور آپ کی کتابوں کی شہرت سنی تو اس لئے آپ کو بتائے دیتا ہوں یہ ٹونک دراصل مجھے ایک فقیر سائل نے دیا تھا کہ کتے کاٹنے کے مریض کو دن میں کئی دفعہ کلونجی پانی سے استعمال کرائیں تو مریض زندگی بھر بادے پن سے محفوظ رہے گا اور ساتھ یہ بھی کہا کہ لوگوں کا اعتقاد مضبوط کرنے کے لئے اس پر کچھ نہ کچھ پھونک مار دیا کرو حالانکہ یہ تمام کراثات کلونجی کے ہی ہیں

زیابیطس اور کلونجی

ایک صاحب فرمانے لگے عرصہ ہیں سال سے مجھے شوگر ہے منوں کے حساب سے ادویات گولیاں وغیرہ استعمال کر چکا ہوں لیکن فائدہ اس وقت تک ہوتا ہے جب تک دوا استعمال کرتا ہوں اور جب دوا چھوڑ دوں تو فائدہ ختم دوران سفر

کلونجی اور ضیق النفس: کلونجی کو دمہ کے لئے مفید تو سمجھا ہی تھا بلکہ استعمال بھی کیا لیکن ایک صاحب نے اس کے استعمال اور فوائد پر ایک عجیب و غریب واقعہ سنایا موصوف کہنے لگے میرا سابقہ گھر کا ٹھنڈا واٹر ہندوستان میں تھا ہندو حکیم کا طریقہ کار یہ تھا کہ وہ گیروی رنگ کے کپڑے کی تھیلوں میں کلونجی کو مختلف اوزان میں ڈال کر رکھتے تھے اور ان کے متعلق مشہور تھا کہ ان پر اوشن دیوی کا خاص اثر ہے اور اوشن دیوی نے ان کو یہ کلونجی بخشی ہے لہذا وہ دمہ کے جس بھی مریض کو کلونجی دیتے ہیں کچھ عرصہ استعمال کے بعد وہ صحت یاب ہو جاتا ہے کا ٹھنڈا واٹر دوست کہنے لگے اوشن دیوی تو صرف ایک ڈھونگ ہی تھا اور یہ بات خود ہندو حکیم نے مجھے بتائی دراصل یہ تمام کلونجی کی کرشمہ سازیاں تھیں اگر اس کو آدھا چھ دن میں تین یا چار بار تازہ پانی کے ہمراہ استعمال کیا جائے تو دمہ کے مریضوں کو بہت افادہ ہوتا ہے

دیدان امعاء اور کلونجی: بعض اوقات چھوٹے چھوٹے دھاگے نما کیڑے یا پھر بعض مریضوں کو لمبے کیڑے پاخانے کی راہ سے خارج ہوتے ہیں ایسے مریض اگر کلونجی کچھ عرصہ استعمال کریں تو یقیناً حد تک بہت فائدہ ہوتا ہے اور پیٹ کے کیڑے مر کر خارج ہو جاتے ہیں۔

بندش کے لیے

اگر پیشاب بند ہو تو کلونجی دفعہ دفعہ سے آدھا چمچ (چمچ ہمیشہ چائے والا استعمال ہو) استعمال کرائیں اسی طرح اگر خواتین میں حبس کی بندش اور ماہواری کی جملہ خرابیوں کے لئے جس میں تلوں کا درد کمر کا درد پٹھوں کا کھپاؤ بدن کا ٹوٹنا جی متلانا اور ٹانگوں کے کھپاؤ درد وغیرہ میں کلونجی مفید ہے

کلونجی اور معدہ کے امراض

لبی لبی ڈکاریں بدبضی کھایا پیامہ کو آنا گیس تیغیر دائمی قبض وغیرہ کے لئے کلونجی کا استعمال اتنا مفید اور اکسیر ہے کہ اس کی وضاحت کے لئے ایک نہیں ہزاروں واقعات کا استعمال اتنا مفید اور اکسیر ہے کہ اس کی وضاحت کے لئے ایک نہیں ہزاروں واقعات بیان کئے جاسکتے ہیں۔

ایک صاحب بتانے لگے کہ میرے گھر میں کھانے کے بعد گھر کے تمام افراد جب تک ہاضمے کے لئے گولی سیرپ یا کوئی سوڈے کی بوتل استعمال نہ کرتے کھانا ہضم نہ ہوتا لیکن

عقل مند لوگوں کے دانشمندانہ اصول

ایک نصیحت

بنیمن فرینکلن (Benjamin Franklin) ایک امریکی مفکر تھا۔ وہ ۱۷۰۶ء میں پیدا ہوا اور ۱۷۹۰ء میں اس کی وفات ہوئی۔ اس کا ایک قول ہے کہ۔۔۔۔۔ نکاح سے پہلے اپنی آنکھیں خوب کھلی رکھو، مگر نکاح کے بعد اپنی آنکھیں بند کرلو: یعنی نکاح کرنے سے پہلے اپنے جوڑے کے بارے میں پوری معلومات حاصل کرو۔ مگر جب نکاح ہو جائے تو اجمال پر انکشاف کرو۔ اسی بات کو کسی نے سادہ طور پر ان لفظوں میں کہا کہ نکاح سے پہلے جانچو، اور نکاح کے بعد نبھاؤ۔ کوئی مرد یا عورت پرفیکٹ نہیں۔ کوئی بھی کامل یا معیاری نہیں۔ اس لئے رشتہ سے پہلے تحقیق تو ضرور کرنا چاہیے۔ مگر رشتہ کے بعد یہ کرنا چاہیے کہ اپنے رفیق حیات کی خوبیوں کو دیکھا جائے، اور کمیوں سے صرف نظر کر لیا جائے۔ معیار کا حصول موجودہ دنیا میں ممکن نہیں۔ مزید یہ کہ یہ بھی ضروری نہیں کہ جس چیز کو ایک رفیق معیاری سمجھے وہ دوسرے رفیق کے نزدیک بھی معیاری ہو۔ اس بنا پر خواہ کوئی کتنا ہی زیادہ صحیح ہو وہ دوسرے کو آخری حد تک مطمئن نہیں کر سکے گا، دونوں رفیق کو ایک دوسرے کے اندر کچھ نہ کچھ کوتاہیاں نظر آئیں گی۔ اب ایک شکل یہ ہے کہ دوسرے رفیق کی کوتاہی سے لڑکر اس سے علیحدگی اختیار کر لی جائے، مگر مشکل یہ ہے کہ ایک تعلق کی علیحدگی کے بعد دوسرا تعلق جو قائم کیا جائے گا اس میں بھی جلد ہی وہی یا کوئی دوسری خامی ظاہر ہو جائے گی، اور اگر دوسرے رشتہ کو ختم کر کے تیسرا یا چوتھا کیا جائے تو اس میں بھی۔ ایسی حالت میں موافقت کا طریقہ اختیار کرنا چاہیے۔ ہر مرد یا عورت میں خوبی بھی ہوتی ہے اور کوتاہی بھی۔ ضرورت ہے کہ خوبی کو دیکھا جائے اور کوتاہی کو برداشت کیا جائے۔ عملی طور پر یہی ایک ممکن طریقہ ہے۔ اس کے سوا اور کوئی طریقہ اس دنیا میں قابل عمل نہیں۔

قیمت کا مسئلہ

مولانا فریدالوحیدی جہد میں رہتے ہیں۔ انہوں نے یکم نومبر ۱۹۹۱ء کی ملاقات میں ایک بہت بامعنی مقولہ سنایا۔ انہوں نے کہا کہ ”ایک شخص جو ماؤنٹ ایورسٹ کو فتح کرنا چاہتا ہو وہ کبھی جوتوں کی قیمت کی گنتی نہیں کرتا:

One who wants to conquer the mount Everest, never counts the cost of his shoes.

اس کا مطلب یہ ہے کہ اگر آپ کے سامنے چھوٹا مقصد ہو تو معمولی کوشش سے آپ اس کو حاصل کر سکتے ہیں۔ لیکن اگر

آپ کوئی بڑا مقصد اپنے لئے منتخب کریں تو آپ کو یہ بھی جانتا ہوگا کہ بڑا مقصد بڑی قیمت بھی مانگتا ہے۔ جو شخص بڑا مقصد حاصل کرنا چاہتا ہو اس کو بڑی قیمت دینے کے لئے بھی تیار رہنا چاہیے۔

سب سے بڑی قربانی یہ ہے کہ آدمی کے سینہ میں غصہ اور انتقام کی آگ بھڑکے مگر وہ سینہ کے اندر ہی اس کو بجھا دے

بڑی کامیابی کسی کی اجارہ داری نہیں۔ ہر آدمی بڑی کامیابی تک پہنچ سکتا ہے۔ اس کے باوجود ہم دیکھتے ہیں کہ بہت کم لوگ بڑی کامیابی تک پہنچ پاتے ہیں۔ اس کی وجہ یہی ہے کہ وہ بڑی کامیابی کی قیمت ادا نہیں کرتے۔ بازار میں کم قیمت پر کم چیز ملتی ہے اور زیادہ قیمت پر زیادہ چیز۔ یہی زندگی کا اصول بھی ہے۔ زندگی کا قانون ایک لفظ میں یہ ہے کہ۔۔۔۔۔ جتنا دینا اتنا ہی پانا، نہ اس سے کم اور نہ اس سے زیادہ۔

قیمت کا مطلب لڑنا یا خون بہانا نہیں ہے۔ اس کا تعلق مال سے بھی نہیں ہے۔ اس کا تعلق سب سے زیادہ نفسیات سے ہے۔ اس دنیا میں سب سے بڑی قیمت وہ ہے جو نفسیات کی سطح پر کی جاتی ہے۔ نفسیاتی قیمت سے مراد ہے: ناگوار یوں کو برداشت کرنا۔ اشتعال کے باوجود مشتعل نہ ہونا۔ لوگوں کے ناروا سلوک کے باوجود اپنی طرف سے بد سلوکی نہ کرنا۔ مایوسی کے حالات میں بھی حوصلہ نہ کھوٹنا۔ نقصان پیش آنے کے باوجود اپنی امید قائم رکھنا۔ تاریک حالات میں بھی روشنی کی کرن دیکھ لینا۔

سب سے بڑی قربانی یہ ہے کہ آدمی کے سینہ میں غصہ اور انتقام کی آگ بھڑکے مگر وہ سینہ کے اندر ہی اس کو بجھا دے۔ آدمی کو کسی سے تکلیف پہنچے پھر بھی وہ اس کے بارے میں بدگمان نہ ہو۔ آدمی کو نفسی حالات سے سابقہ پیش آئے اس کے باوجود وہ مثبت نفسیات پر قائم رہے۔ وہ حالات سے اوپر اٹھ کر جیسے نہ کہ حالات کے اندر۔

ناکامی، کامیابی

امریکی لی ٹری کا راز ایک سادہ سے لفظ میں چھپا ہوا ہے، وہ لفظ ریسرچ (تحقیق) ہے۔ وہاں ہر چیز پر ریسرچ ہوتی رہتی ہے۔ مثلاً بہت سے لوگوں نے اس پر ریسرچ کی ہے کہ کامیابی اور ناکامی کیا ہے اور ناکامی کو کس طرح دوبارہ کامیابی میں تبدیل کیا جاسکتا ہے؟ اس سلسلہ میں چند کتابوں کے نام یہ ہیں:

1) Carole Hyatt, When Smart People Fail.

2) Rabbi Harold Kushner, When Bad Things Happen to Good People.

3) Charles Garfield, Peak Performers: The New Heros of American Business.

4) Harvey Mackay, Swim With the Sharks Without Being Eaten Alive.

ان کتابوں میں اپنے موضوع پر قیمتی مواد جمع کیا گیا ہے۔ یہاں ہم صرف دو تین نقل کر رہے ہیں۔

کامیابی اور ناکامی کوئی پُر اسرار چیز نہیں۔ دونوں معلوم اسباب کے تحت پیش آنے والے واقعات ہیں

ایک بات یہ کہ اس دنیا میں یہ ناممکن ہے کہ کوئی آدمی ہمیشہ کے لئے ناکامی سے محفوظ (Failure-proof) زندگی حاصل کر سکے۔ یہاں بہر حال آدمی کو ناکامی سے دوچار ہونا پڑتا ہے۔ آدمی کو چاہیے کہ وہ ہر ناکامی کو اپنے لیے سبق کے طور پر استعمال کرے۔ اکثر کامیاب انسانوں کی کامیابی کا راز یہ ملتا ہے کہ جب وہ ناکام ہوئے تو انہوں نے اپنی ناکامی کو آخری لفظ نہیں سمجھا:

(They learnt not to take failure as the last word) دوسری بات یہ کہ ناکامی کی طرح کامیابی بھی ایک مسئلہ ہے۔ مسلسل کامیابی آدمی کے اندر گھمنڈ (Arrogance) پیدا کر دیتی ہے جو خود ناکامی کا ایک مہلک سبب ہے۔ ایک کامیاب تاجر گلن ارلی (Glen Early) نے کہا ہے کہ میں کامیابی پر مغرور بننے کا تحمل نہیں کر سکتا۔ اس لئے میں ہمیشہ اپنی تجارت کو بڑھانے کی کوشش میں لگا رہتا ہوں:

I can't afford to get arrogant about success. So I'm always trying to improve my business.

کامیابی اور ناکامی کوئی پُر اسرار چیز نہیں۔ دونوں معلوم اسباب کے تحت پیش آنے والے واقعات ہیں۔ ان اسباب کو جاننے اور اس کے بعد آپ کو کسی سے شکایت نہ ہوگی (کتاب زندگی: مولانا وحید الدین خان)

انتہائی آسان

آپ صرف ٹیلیفون کریں یا خط لکھیں رسالہ کتابیں اور ادویات بذریعہ VPP آپ کے گھر پہنچ جائیں گی۔

بچوں کی تربیت کے 5 رہنما اصول

ہمیں اپنے بچوں کو چھوٹی چھوٹی خوشیوں سے لطف اندوز ہونے کے مواقع مہیا کرتے رہنا چاہئیں

اس قدر کو بچوں میں پنہ کرنے کیلئے ضروری ہے کہ ہم جو بڑے ہیں اپنے وقت کی تھوڑی سی قربانی دیں ان کے ساتھ مل کر خود بھی ان کی خوشیوں سے سرشار ہوں، جب ہم اپنے بچوں کو ہنسنے مسکراتے اور قدم قدم پر شاداں نظر آئیں گے تو ان کے اندر خوش رہنے کی عادات رائج ہوتی چلی جائیں گی۔

محبت: دوسری قدر جو میں اپنے بچوں میں پیدا کرنا چاہوں گا وہ محبت کرنا ہے۔ دوسروں سے اور اپنے آپ سے۔ بچے کو ایسی با اعتماد محبت کی ضرورت ہوتی ہے جس طرح طلوع آفتاب ہے۔ اگر ایک بچے کو نسل انسانی میں شامل ہو کر اعتماد اور وقار سے جینا ہے تو اسے یہ سیکھنا ہوگا کہ وہ محبت کو کس طرح زندہ و تابندہ رکھے۔ ایک بچے کو صرف محبت کرنے والا ہی نہیں کرانے والا بھی ہونا چاہئے۔ اس کو دنیا میں اپنا رویہ ہی مجسم بنانا ہوگا، محبت پیش آتی جاتی رہتی ہے لیکن ایک محبت بھرا انسان سورج کی طرح ہے جو آتا جاتا رہتا ہے لیکن اس کی حرارت سے ساری دنیا فیض یاب ہوتی ہے۔ مسئلہ یہ ہے کہ بچے کو یہ علم نہیں ہوتا کہ وہ دنیا بھر سے کیسے محبت کرے اور کس طرح دنیا کا محبوب بنے؟ بچہ تو ایک لمحہ پہلے ماں سے کہتا ہے: ”میری پیاری ماں مجھے تم سے بڑی محبت ہے“ جبکہ دوسرے لمحے وہ ماں سے نفرت کا اظہار کر رہا ہوتا ہے۔ اس کے اندر محبت کے دائمی چشموں کو کس طرح رواں دواں رکھا جائے؟ والدین اور بڑے بہن بھائیوں کو اس مقصد کے لئے خود نمونہ بننا پڑے گا۔ گھر میں پالتو جانور رکھئے، ان سے مہربانی کا سلوک کریں، گرد و پیش کے رہنے والے بچوں کے متعلق باتیں کریں۔ بچے کو اس کی سادہ زبان میں یہ بات سمجھائیں کہ وہ بڑا پیارا اور اچھا ہے۔ پھول کی طرح ہے بلکہ پھول ہے۔ جب وہ آپ کی ہر بات کا جواب مسکراہٹ سے دینے لگے تو سمجھ جائیں کہ آپ مثبت انداز میں اس کو محبت کا جذبہ عطا کر رہے ہیں۔ آپ سے اس کا تعلق بہتری چاہنے والے دوست کا ہے۔ اسی طرح اس کا معلم ہے جو اگر اس کے محبت کے سوتوں کو تر

پر مسرت و شادمان رہنے کی عادت سکھانی چاہئے۔ یہ خوشگوار تجربات ہی ہوتے ہیں جو نمایاں شخصیتوں کی تعمیر کرتے ہیں اور یہ نمایاں شخصیتیں پڑ مردہ، افسردہ اور آرزوہ انسانوں کے لئے روشنی کا مینار ثابت ہوتی ہیں۔ مجھے ماضی بعید کے جون کا ایک دن یاد آ رہا ہے جب میری بیٹی ایک سال کی تھی۔ میں نے اور اس کی دادی نے مل کر اسے پہلی بار سکھلے نکلانے کے بعد ایک خوبانی کھانے کو دی۔ خوبانی پکڑ کر اس کا چہرہ خوشی سے پھل اٹھا۔ اس کی آنکھوں کی چمک بڑھ گئی، وہ آہا آہا کہہ کر جھومنے اور ہنسنے لگی۔ پھر اس نے اپنے تھتے تھتے دانٹوں سے کاٹا، اس کی خوشبو اور ذائقے کو محسوس کیا اور پھر باقی حصے کو اپنی آنکھوں کے سامنے لا کر غور سے دیکھتی رہی۔ اس کی آنکھیں اس انوکھے خفے کو داد و تحسین پیش کرتی نظر آ رہی تھیں۔ پھر اچانک اس نے ساری خوبانی منہ میں ڈال لی، مجھے اس کا پورا سراپا طمانیت سے لبریز نظر آیا۔

بچہ تو ایک لمحہ پہلے ماں سے کہتا ہے: ”میری پیاری ماں مجھے تم سے بڑی محبت ہے“ جبکہ دوسرے لمحے وہ ماں سے نفرت کا اظہار کر رہا ہوتا ہے۔ اس کے اندر محبت کے دائمی چشموں کو کس طرح رواں دواں رکھا جائے؟

اس تھوڑی دیر قائم رہنے والی شے یعنی خوشی کو والدین بچوں کو کس طرح سکھاتے ہیں؟ آسان طریقہ یہ ہے کہ بچوں پر نگاہ رکھیں اور انہیں وہ کچھ کرنے دیں جو وہ خوش ہونے کے لئے کر رہے ہیں۔ جب میں یہ سطور لکھ رہا تھا تو میری بہو پاؤں پاؤں چلنے والی میری پوتی آمنہ کو ڈانٹ رہی تھی جو ماں کے ساتھ مل کر کپڑے دھونے پر تہی ہوئی تھی اور اس کی ماں ٹھنڈنگ جانے کے خطرے سے اسے پانی کے نزدیک نہیں آنے دے رہی تھی۔ میں نہرہ سکا، میں نے بچی کو اپنے پاس بلایا اور اپنا رومال اسے نکال کر دھونے کے لئے دیا۔ اس نے اپنے معصوم انداز میں ماں کو بھڑکا اور مجھے پیار بھری نظروں سے دیکھا۔ اب اس کی ماں نے اسے چوکی دی اور وہ رومال سے جتنی دیر الجھتی رہی اتنی دیر بڑی خوش رہی۔ پھر اس نے گیارہ رومال مجھے لا کر دیا تو میں نے اسے پیار کیا، وہ نہال ہو گئی۔ میں نے اس کی ماں کو اس کے گیلے پڑے بدلنے کے لئے کہا۔

ہمیں اپنے بچوں کو چھوٹی چھوٹی خوشیوں سے لطف اندوز ہونے کے مواقع مہیا کرتے رہنا چاہئیں۔ انہیں مل کر کھیلنے دینا چاہئے لیکن یہ نظر رکھنی چاہئے کہ وہ لڑیں نہیں۔

غفور ہمیشہ ہی اساتذہ کے لئے دوسرا رہا تھا لیکن نمبردار کا بیٹا ہونے کی وجہ سے اس کو اور اس کی بد عادات کو برداشت کرنا اساتذہ کی مجبوری بن گئی۔ حد یہ ہوئی کہ اس نے ایک ایسے لڑکے کی سائیکل چوری کر لی جس کا باپ علاقے کا پٹواری تھا۔ پٹواری بھی خاصا اثر دسوخ والا آدمی تھا اس نے تھانے میں تو چوری کی واردات کی رپٹ لکھوائی اور اسکول کے ہیڈ ماسٹر کی شکایت ڈویژنل ڈائریکٹر سے کی کہ وہ نظم و نسق مدرسہ کو چلانے میں نااہل ہے۔ نتیجہ یہ نکلا کہ حکام بالا کی مداخلت سے ہیڈ ماسٹر کو غفور سے اس اسکول سے نکالنا پڑا۔ نمبردار کا رد عمل یہ تھا کہ اس نے علی الاعلان کہا: ”تھانے والوں کو تو وہ چارہ ڈال چکا ہے، ہیڈ ماسٹر سے بھی منٹ لے گا۔ زمانہ ہی بدل گیا ہے میرا بیٹا بھی تو اسی معاشرے کی پیداوار ہے جس میں ہم اپنی اپنی ہمت اور جرات کے بل بوتے پر ڈاکے ڈال رہے ہیں جو کمزور ہیں وہ ہی شرافت کا پرچار کرتے ہیں“

حقیقت یہ ہے کہ دم بدم بدلتی دنیا میں والدین اور اساتذہ کے لئے یہ تعین کرنا مشکل ہو گیا ہے کہ وہ اپنے بچوں کو کیا سیکھنے پر پائل کریں اور ان کو کس طرح سکھائیں؟ گلی محلے کی غیر سرکاری تعلیم تو ان کو نمبرداروں کے بیٹے نہ ہونے کے باوجود غفور ای، بنارہی ہے۔ کیا ہم اپنے بچوں کو ایسے ہی چلنے دیں جیسے وہ چل رہے ہیں؟ ایسے ہی بننے دیں جو وہ بن رہے ہیں؟ بیشک حالات غیر موافق ہیں۔ دم بدم صدائے ”کن فیکون“ آ رہی ہے لیکن ہمیں آج بھی ان اقدار کی ضرورت ہے جو ہمارے بزرگوں کو معاشرے میں عزت و احترام سے پر مسرت زندگی گزارنے میں معاون رہی ہیں۔ یہ اقدار وہ ہیں جو ہمیں بتاتی ہیں کہ ہمیں کس طرح بہتر نشوونما کے ذریعے نئی نسل کو اچھا شہری بنانا ہے۔ میں نے ان اقدار کی ماہیت پر بڑا غور کیا ہے اپنے غور و فکر کے نتیجے میں ان اقدار کو پانچ عنوانات کے تحت انتخاب کر سکا ہوں اور وہ یہ ہیں:

شادمانی: شادمانی آپ اسے خوشی اور مسرت بھی کہہ سکتے ہیں۔ بلاشبہ خوشی و مسرت زندگی کا مقصد یا حاصل نہیں ہے اور ہر وقت خوش رہنا ضروری بھی نہیں ہے لیکن یہ ایک ایسی قدر ہے جس سے ٹوٹے ہوئے دلوں کو سہارا ملتا ہے۔ خوش نہ رہنے کی عادت نے اور خوشی حاصل نہ کر سکنے کی اہلیت کے قحط نے بہت سی زندگیوں کو مایوسیوں کے اندھیروں میں دھکیل رکھا ہے۔ ہمیں اپنے بچوں کو خوشی حاصل کرنے اور

ضرورت ہے

ملک بھر سے محنتی، صاحبِ اخلاص نمائندوں کی ضرورت ہے، خواہش مند حضرات جلد از جلد رابطہ کریں

ماہنامہ ”عبقری“ روحانیت، صحت و امن کا پیغام ہے اسے ہر گھر تک پہنچانے میں مدد کیجئے

رکھے گا تو وہ تعطیل کے دن بھی استاد کی خدمت کرنے پہنچ جائے گا۔ کسی بھی سطح پر مضمی رویے سے بچنے کی دل آزاری کرنا اس کو محبت کرنے کے سبق میں غلط رہنمائی کرنے کے مترادف ہے۔

محبت کرنے ہی سے محبت حاصل ہوتی ہے۔ خدا کا تصور بھی محبت کا سرچشمہ ہے جس میں آفاقیت ہے۔ والدین اور معلم اس جتنے سے بھی بچوں کو سیراب کر سکتے ہیں اور محبت کے کرشموں کا ذکر کر کے اپنی راہنمائی اور مشاورت کو مؤثر بنا سکتے ہیں۔

دیانتداری: میں اپنے بچوں کو دیانت کی اہمیت سکھانے کی کوشش کروں گا۔ اس کے بغیر کسی زندہ و تابندہ معاشرے کا پر امن اور ترقی پذیر ہونے کا تصور ہی نہیں کیا جاسکتا۔ دیانتداری ایک ایسی قدر ہے جو دوسروں کو ہم پر اعتماد کرنے پر مجبور کرتی ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ہم ایک دوسرے سے کبھی جھوٹ نہیں بولتے۔ ہم جو کہتے ہیں وہ کرتے ہیں ہم بچے سے جس محبت کا اظہار کر رہے ہیں وہ خالص ہے اور ہم جو اس کی تعریف کر رہے ہیں دیانتداری سے کر رہے ہیں۔ جس معاشرے میں دیانت کم ہوگی وہاں بچوں کو اس تصوراتی حقیقت کا قائل کرنا قدرے مشکل ضرور ہے لیکن ناممکن نہیں۔ دیانت کے بچ پر بچے کی پرورش کرنا ہماری اپنی دیانت کی بھی آزمائش ہے۔ ٹیلی فون کی گھنٹی بجی ہے، بچہ اٹھانے کو لپکا ہے تو باپ کہتا ہے: سنو! اگر کوئی میرا پوچھے تو کہنا میں تو گھر پر نہیں ہوں۔ بچے کی آنکھوں میں ابھرنے والی حیرت، دیانت کی عملی صورت پر ایک طنز کی حیثیت رکھتی ہے۔ باپ نے اس نظر کو نہیں دیکھا۔

چند سال بعد اسی بچے نے ماں کو ایک ہزار روپیہ رکھنے کے لئے دیا۔ اس کی ماں نے پوچھا کہ وہ یہ روپیہ کہاں سے لایا ہے؟ تو اس نے کہا کہ اٹکل حسین کی پرانی گاڑی بک گئی ہے اور یہ اس کی کمیشن ہے؟ اماں اور حیران ہوئی کہ اس کا بچہ کب سے کمیشن ایجنٹ بن گیا ہے، کریدنے پر پتہ چلا کہ اس نے اٹکل حسین کو گاڑی کا میسرانا کرنے کی وہ تکنیک بتائی تھی جس کے استعمال سے اس کے باپ نے اپنی پرانی سوزوکی خیرا پیچھے داموں بیچی تھی۔ ایسی عملی ٹھوس مثالیں دیانت کے خلاف ہی راہنمائی کرتی ہیں۔ گویا ہم جس قسم کی دیانت کی زندگی خود گزار رہے ہیں وہی بچوں کو سکھاتے ہیں۔ استاد نے ایک بچے پر غلط کام کا الزام لگایا تو بچے نے بڑے اعتماد سے استاد کو بتایا کہ اس کا خاندان جھوٹ نہیں بولتا۔ استاد کو تحقیق کرنے پر علم ہوا کہ اس کا الزام بے بنیاد تھا اور بچہ بچہ بول رہا تھا۔ صبح کی اسبلی میں اس نے بچے کی دیانت کی تعریف کی اور معذرت کر کے بچے کا حوصلہ بڑھایا۔

جب کسی بچے پر اعتماد کیا جائے اور اسے کوئی کام

کرنے کو کہا جائے تو وہ دیانت کا سبق بالواسطہ اور بلاواسطہ دیکھتا ہے۔ ایسا کرنا آسان بات نہیں ہے لیکن دیانت کا سبق چنگلی سے اسی وقت اُتر رہتا ہے جب وہ سوچنی لگی ذمے داری نبھاتا ہے۔ والدین کو بچوں کو اپنے ساتھ شامل رکھ کر کچھ کام تفویض کرنے چاہئیں اور ان کی تکمیل پر ان کے اثرات کا ذکر کرتے ہوئے ترتیب جاری رکھنا چاہئے۔

ایک بچے کو ایک کتاب پر بنا ہوا کارٹون اس قدر پسند آیا کہ جب اس کا باپ اس کے لئے دکان سے کچھ دوسری اشیاء خرید رہا تھا تو بچے نے وہ کتاب اٹھا کر اپنے بستے میں ڈال لی۔ گھر آکر باپ کو جب بچے کی حرکت کا علم ہوا تو وہ میرے پاس آیا کہ دکان کے مالک کو معذرت کے ساتھ کتاب کی قیمت ادا کر دی جائے اور میں اس کے ساتھ چلوں۔ قیمت تو ادا کرنا ہی تھی لیکن میرے مشورے کے بعد وہ چھ سالہ حسن کے ساتھ دکاندار کے پاس گیا اور اس کو ساری بات بتائی۔ بچے کے باپ نے میری اس بات کو تسلیم کر لیا تھا کہ دیانتداری کچھ ادا کیے بغیر نہیں کیجی جاسکتی خواہ وہ پیسہ ہو یا وقت اور اس کا سیکھنے کا بہترین وقت بچپن ہی ہے **جرات:** میں بچے کو بہادر بنانا بھی سکھاؤں گا۔ اگر بچے نے دیانت کے ساتھ زندہ رہنا ہے تو اسے بہادر بھی بننا ہوگا۔ اسے زندگی کے غم اور دکھ بھی سہنے ہوں گے اور نا کامیوں کو بھی برداشت کرنا ہوگا۔ اگر وہ ایسا نہیں کرے گا تو زندگی کے غم، دکھ اور نا کامیاں اسے چل کر کر دیں گی۔ اس کی شخصیت مسخ ہو کر رہ جائے گی۔ ایلن وینٹن کی ایک نظم ہے: ”زندگی تمہیں آتا دکھ رہی ہے، وہ مست پڑی تمہارا انتظار کر رہی ہے، وہ تمہیں دکھ کے سوا کچھ نہیں دے سکتی“

کیا ہم خوشی سے سرشار بچے کو یہ بتائیں کہ دیکھو دکھ اور درد تمہاری طرف بڑھا چلا آ رہا ہے؟ میرا جواب ہاں میں ہے۔ ہم اسے بتائیں کیونکہ چھوٹا بچہ بھی جانتا ہے کہ دادی اسے چھوڑ کر جنت میں چلی گئی ہے، کتے کو چوٹ لگی ہے اور وہ چیخ رہا ہے، بچپن کے دوست چمچڑ جاتے ہیں۔ زندگی کے کئی تاریک گوشوں سے بچے کی آشنائی ہوتی ہے۔ بچہ فلسفہ موت و حیات نہیں سمجھتا۔ اس کی بہترین تعلیم و تربیت یہ ہوگی کہ اسے بتایا جائے کہ دکھ، درد اور نا کامیاں بھی زندگی کا ایک حصہ ہیں۔ سستی باتیں نہیں کر سکتی وہ گویا ہے، راجدیکہ نہیں سکتا وہ اندھا ہے اور لوگ ہر وقت محبت کی باتیں ہی نہیں کرتے۔

جب آپ کا بچہ خدا خواستہ کسی وجہ سے دل گرفتہ ہو تو آپ اسے ذہن نشین کرائیں کہ آپ اس کے دکھ کو سمجھ رہے ہیں۔ رعب ڈال کر اس کے بستے ہوئے آنسوؤں کو روکنے کی کوشش نہ کریں۔ غم زدہ بچے کے احساس کو قبول کریں اور اسے دل کی بھڑاس نکالنے دیں۔ اسے اپنے دکھ کے اظہار کا موقع دیں۔ جب وہ آہستہ آہستہ پرسکون ہو جائے تو اس

سے کہیں: ”آؤ! ہم دیکھیں کہ تم نے اس دکھ سے کیا سبق سیکھا ہے؟ ہم سوچیں کہ تم کس طرح بہتر محسوس کر سکتے ہو؟“ اسے بتائیں کہ زندگی ایک بڑھتی پھلتی اور پھولتی شے ہے۔ اس میں پیش آنے والے تمام اچھے اور برے تجربے اس کی وسعت میں مفید ثابت ہوتے ہیں۔ آخر میں آپ اپنے بچے کو دکھی لوگوں سے اس کے تعلق کا تصور دلا سکتے ہیں۔ اسے بتا سکتے ہیں کہ ہر انسان دوسرے انسان کا بھائی ہے۔ اس طرح دکھ، درد اور نا کامیاں زندگی کو پامال نہیں کرتیں۔ ان سے کامیابی کے ساتھ نمٹنا ہی بہادری ہے۔ یہی سچی جرات ہے۔

ایمان: پانچویں لافانی قدر ایمان ہے جو میں اپنے بچے میں پنپنے کرنا چاہوں گا۔ اسے آپ یقین، اعتماد وغیرہ بھی کہہ سکتے ہیں۔ ہر بچہ اپنی ذہنی وسعت کے مطابق مستقبل کے متعلق سوچتا ہے کہ وہ کیا بنے گا؟ کیا کرے گا؟ ظاہر ہے کہ اس کے خواب سہانے ہی ہوں گے۔ اس کے سہانے خوابوں کی سہانی تعبیر کے لئے اسے یقین اور اعتماد کی ضرورت ہے۔ والدین اسے یہ قدر کس طرح مہیا کر سکتے ہیں؟ یہ بڑا مشکل کام ہے۔ ہمیں اپنے بچے کے خوابوں سے آگاہ رہنا ہوگا۔ اس کی امیدوں اور منصوبوں کو پوری توجہ سے سن کر ہی ہم سمجھ سکیں گے کہ بچہ اپنے مستقبل کے متعلق کیا کچھ سوچتا ہے؟ ہو سکتا ہے کہ اس کے خواب عجیب و غریب ہوں، معولی ہوں یا پھر ناقابل تعبیر ہوں لیکن ہمیں اس کی ہاں میں ہاں ملا کر اس کو اس کے خوابوں کی تعبیر حاصل کرنے میں مدد دینا ہوگی۔ ہم اسے بہترین کتابیں اور منتخب فنون ہائے لطیفہ کے شاہکار مہیا کر سکتے ہیں کیونکہ یہی وہ مقامات ہیں جن میں خواب رہتے بستے ہیں۔ پھر آہستہ آہستہ ہم اسے مذہب کی طرف لاتے ہیں جو دنیا کی سب چیزوں سے ماوراء ہے اور جس کی وسعت کی کوئی انتہا نہیں۔ جب بچے کو یہ علم ہوتا ہے کہ چاند، سورج، ستارے کس کے حکم سے چمک رہے ہیں؟ کس کی مرضی سے آ جا رہے ہیں؟ پھول کو کون کھلاتا ہے؟ خوشبو کون بکھیرتا ہے؟ اور ہمیں ڈھیر ساری خوشیاں کون دیتا ہے؟ تو ایک مہربان خدا کا تصور بچے کے دل میں گھرنا شروع کر دیتا ہے اور پھر عمر کے بڑھنے کے ساتھ خدا واضح صورت میں اس گھر میں رہنا شروع کر دیتا ہے۔ یہی وہ اعتماد، یقین اور عقیدہ ہے جسے ہم ایمان کہتے ہیں۔ جسے ہم توحید کہتے ہیں اور جس کی چنگلی کے بعد ماسوائے کوئی تعلق نہیں رہ جاتا اور بچے کو آگہی نصیب ہوتی ہے۔ بچہ ہاتھ باندھ کر یا آسمان کی طرف دیکھ کر پکارا رشتا ہے: ”یا اللہ! میری مدد کر“

سکتی عجیب اور احسانانہ بات ہوگی کہ ہمارا اپنا تو کوئی ایمان، عقیدہ ہی نہ ہو اور ہم اپنے بچے کو ایمان جیسی قدر ذہن نشین کرنا چاہیں۔ جدید چندھیائی ہوئی دنیا میں بہت

پھلوں اور سبزیوں کے فائدے

اگر روزانہ ایک پھل بھی کھالیا جائے تو دل کی بیماری کا خطرہ بیس فیصد کم ہو جاتا ہے

مغذیات ہوتے ہیں جن کے مختلف فوائد ہوتے ہیں لہذا صحت کی خاطر سب ہی پھل اور سبزیاں کھانی چاہئیں۔ پھل سبزی کی مناسب مقدار سے آپ یہ اندازہ لگا لیجئے کہ درمیانے سائز کا سیب، سنتر یا کیلا وغیرہ یا سلاد سے بھرا چھوٹا پیالہ یا تازہ خبث یا بند سبزی کے دو بڑے جوچے۔ پھل آلوچے کی طرح کے چھوٹے ہیں تو دو اور خربوزہ یا انناس کی طرح بڑے ہوں تو ایک قاش، انگور یا اسٹرابیری وغیرہ ہوں تو پیالی بھر۔

اکثر یہ سوال اٹھایا جاتا ہے کہ پھلوں اور سبزیوں میں کون سی چیز بہتر ہے؟ بات دراصل یہ ہے کہ دونوں ہی اپنی جگہ بہترین ہیں، لیکن بعض لوگوں کے لئے پھلوں کی زیادتی ان کی شکر خون کی سطح کو بگاڑ دیتی ہے۔ اگر وہ ایک ہی وقت میں کئی پھل کھالیں تو شکر ایک دم بڑھ جاتی ہے اور پھر اکثر کھٹکتی بھی ایک دم ہی ہے جس کی وجہ سے تھکن ہو جاتی ہے اور چڑچڑاہٹ پیدا ہو جاتی ہے۔

ویسے تو سارے ہی پھلوں اور سبزیوں میں مقویات ہوتے ہیں لیکن بعض پھل اور سبزیاں دوسرے پھلوں اور سبزیوں کی بہ نسبت بیماریوں سے مدافعت میں زیادہ مدد کرتی ہیں۔ مثلاً سبزیوں میں بند گوبھی اور کرملکے میں ایسے اجزاء ہوتے ہیں جو جسم میں داخل ہونے والے زہریلے مادے کا توڑ کرتے ہیں۔ اسی طرح کاسنی رنگ کے پھل مثلاً نیلی بیری، توت، سیاہ اور لال انگور میں سب سے زیادہ مانع ٹھیکید اجزاء (اینٹی آکسیڈنٹس) ہوتے ہیں جو بیماری سے مقابلے کے لئے بہت اہم ہیں۔ یہ مینائی کے لئے مفید ہیں، مانع سرطان ہیں اور دیگر بیماریوں سے بھی بچاتے ہیں یہ کہنا بھی درست نہیں کہ ساری ہی سبزیاں کچی بہتر ہوتی ہیں۔ مثال کے طور پر زرد اور سفید گاجروں کو کچا کھالیا جائے تو اتنا بیٹا کیروٹین (Beatacarotene) حاصل نہیں ہوتا جتنا کچی ہوئی گاجر سے ہوتا ہے۔ اسی طرح پکائے ہوئے ٹماٹر سے زیادہ لائکوپین (Lycopene) حاصل کیا جاسکتا ہے جو سرطان سے مدافعت میں مدد دیتا ہے۔ ایک خیال یہ بھی ہے کہ قدرتی اور روایتی انداز سے اگائے ہوئے پھل اور سبزیاں ان پھلوں اور سبزیوں سے بہتر ہیں جو جدید طریق کاشت سے اگائے جاتے ہیں۔ اس کے علاوہ سیب، ناشپاتی جیسے سخت پھلوں کی بہ نسبت اسٹرابیری اور توت جیسے نرم پھلوں پر کٹرے مار دو اؤں کا اثر زیادہ ہوتا ہے۔

ویسے تو سارے ہی پھلوں اور سبزیوں میں مقویات ہوتے ہیں لیکن بعض پھل اور سبزیاں دوسرے پھلوں اور سبزیوں کی بہ نسبت بیماریوں سے مدافعت میں زیادہ مدد کرتے ہیں

پھلوں اور سبزیوں میں پائے جانے والے مرکبات جو نباتاتی مقویات یا مغذیات (Nutrients) کہلاتے ہیں سرطان، عارضہ قلب اور امراض چشم سمیت متعدد بیماریوں سے محفوظ رہنے میں مدد کرتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ اگر روزانہ ایک پھل بھی کھالیا جائے تو دل کی بیماری کا خطرہ بیس فیصد کم ہو جاتا ہے۔ اگر ہفتے میں پانچ بار لال رنگ کے پھل یا سبزیاں جیسے تربوز یا ٹماٹر مناسب مقدار میں کھالئے جائیں تو پھیپھڑے کے سرطان کا خطرہ پچیس فیصد کم ہو جاتا ہے۔

بعض لوگوں کا خیال ہے کہ صرف تازہ پھل اور سبزیاں مفید ہیں لیکن اکثر غذا کے ماہر اس سے متفق نہیں۔ وہ یہ مشورہ دیتے ہیں کہ دن میں پانچ بار مناسب مقدار میں پھل اور سبزی کھائیے خواہ یہ تازہ ہو، خبث ہو یا خشک ہو۔ ٹماٹر کی تازہ چٹنی اور کچی ہوئی سبزی بھی مفید ہے۔ دن میں پھل یا سبزی کے رس کا ایک گلاس یا ایک بار مناسب مقدار میں لوبیا یا دالیں بھی مفید ہیں۔

سبزیوں میں بند گوبھی اور کرملے میں ایسے اجزاء ہوتے ہیں جو جسم میں داخل ہونے والے زہریلے مادے کا توڑ کرتے ہیں

پھل یا سبزی کو جوئی درخت، پودے یا کھیت سے توڑا جاتا ہے اس کے مقویات کم ہونا شروع ہو جاتے ہیں۔ اب اگر منڈی میں پہنچتے پہنچتے اور بازار میں آتے آتے دو دن بھی لگ جائیں تو یہ مقویات خاصے مقدار میں کم ہو جاتے ہیں، لیکن جو پھل یا سبزیاں خبث بستہ کی جاتی ہیں انہیں توڑنے کے بعد چند گھنٹے کے اندر خبث بستہ کر دیا جاتا ہے اس طرح ان کے مقویات تازہ پھل یا سبزی کی بہ نسبت زیادہ محفوظ رہتے ہیں۔

ڈبوں میں بند سبزیاں اور پھل بھی عموماً توڑنے کے بعد جلد ہی سر بہ مہر کر دیے جاتے ہیں، لیکن یہ خیال رہے کہ ان میں زیادہ نمک یا شکر نہ ملائی گئی ہو۔

روزانہ پانچ بار سبزی یا پھل کھالینا کوئی مشکل کام نہیں، لیکن یہ خیال رکھنا چاہئے کہ روز روز ایک ہی طرح کے پھل اور سبزیاں نہ کھائی جائیں۔ ہر پھل اور سبزی میں اپنے نباتاتی

سارے والدین خود فلسفیانہ موشگافیوں میں الجھے ہوئے ہیں۔ تھلیک کا شکار ہیں، وہ اپنے بچے کو ایمان جیسی قدر سے آراستہ تو کرنا چاہتے ہیں لیکن انہیں کوئی راہ ہی نہیں سمجھتی۔ لہذا ہمیں پہلے اپنے اندر جھانکنا ہوگا کیا ہمارے سینے میں دل کے اندر خدا کا گھر موجود ہے؟ اور اگر ہے تو وہ خالی تو نہیں پڑا ہوا؟ ایسے والدین کو بچے کے سامنے تسلیم کرنا چاہئے کہ اس قدر کے لئے ان کے دل کے دروازے بند رہے ہیں، اپنی کوتاہی کی وضاحت کرتے ہوئے انہیں بتانا ہوگا کہ بے یقینی ایک موت ہے۔ ایمان ان کے لئے ایک بڑا سوال ہے اور اسے ابھی سے اس سوال کا جواب مل جانا چاہئے، اسے یہ شعور ہو جانا چاہئے کہ خدا کیا ہے؟ اور وہ کس کس طرح اپنے بندوں کا خیال رکھتا ہے اور ان کی مدد کرتا ہے؟ جب وہ دل میں بس جاتا ہے تو زندگی کی تمام راہیں آسان اور خوبصورت ہو جاتی ہیں۔ خدا ہی مجنوں کا بیج ہے اسے عقیدہ اور ایمان کو عملی جامہ پہنائیے، بچہ ضرور آپ کی نقالی میں خود بخود دل کے دروازے کھول لے گا۔ ایمان ایک ایسی قدر ہے جس کی چٹنگی عمل سے ہوتی ہے۔ یہ ایک مسلسل عمل ہے، پوری زندگی کا عمل، ہم خود جب اس پر عمل کرتے ہیں تو ہمیں احساس ہوتا ہے کہ ہم مطمئن ہیں۔ ہمارے عمل کو دیکھ کر بچہ بھی اطمینان محسوس کرے گا۔ تو دوستو! یہ ہیں وہ پانچ قدریں جو ہر دور میں ہمارے بزرگوں کے ساتھ رہی ہیں اور ان کی روشنی سے انہوں نے اپنی زندگیوں کو بچائے رکھا ہے۔ زمانے کی کوئی تبدیلی ان اقدار کی روشنی کو نہیں ڈھانپ سکتی۔ یہ روشنی نسل کو ضرور منتقل کریں۔ آخر آپ جو بھی مشقتیں کر رہے ہیں یا کفایتیں اٹھا رہے ہیں ان کا حاصل اولاد ہی کے لئے تو ہے۔ قدروں کی منتقلی میں بھی جی لگا کر محنت کیجئے۔ ہمیں بچوں کو غفور نہیں بنانا ہے۔

بقیہ ناقابل فراموش

”بس بس وہی“ مرد بزرگ نے کہا ”اس کی دو تین پتیاں توڑ کر چہرے پر صبح سویرے مل لیا کرو۔ انشاء اللہ تعالیٰ فائدہ ہو جائے گا“ اس کے بعد میں چار پانچ دن تک یہ پتیاں ملتا رہا یکا یک چہرے پر سے برص کے نشانات غائب ہو گئے۔ اب میں حیران ہوں کہ ڈاکٹری دوا کھانے سے اور ڈاکٹری اشیاء استعمال کرنے سے جو مرض دور نہ ہوا وہ کیونکر ایک معمولی اور بلا قیمت چیز سے غائب ہو گیا کیا یہ اس مرد بزرگ کے ارشاد میں کچھ کمال تھا یا اس جزی بولی میں؟ بہر کیف میں اس راز کو نہ بکھرسکا۔

قارئین!

آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، سبزی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں یا ناقابل فراموش کے عنوان سے کوئی واقعہ، کوئی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو تو حوالہ جات کے ساتھ لاہور کے پتے پر ضرور ارسال کریں۔ یہ آپ کا صدقہ جاریہ ہوگا۔

دہی درازی عمر کے لئے مفید غذا

دستوں کی بیماری میں بڑی مفید غذا ہے۔ جسم کی تیزابیت دور کرتا ہے، دہی کی کسی تو صبح ناشتے میں، دوپہر کے وقت کھانے کے ساتھ دہی کھائیں۔ نزلہ کی صورت میں دہی کا استعمال مفید ہے۔

دہی کی کسی کسی پینے والوں کی عمر طویل ہوتی ہے: کئی سال قبل مشہور ماہر غذائیات سر رابرٹ میک کپرن نے برصغیر پاک و ہند کے مختلف حصوں کی غذا کے بارے میں تجربات کئے۔ پنجابی، چٹان، گورکھا، بنگالی اور مدراسیوں کی غذا کے بارے میں وسیع پیمانے پر تحقیق کی رو سے سب سے مفید غذا پنجابی غذا ہے۔ پھر چٹان، پھر گورکھا، پھر بنگالی اور پھر مدراس کی غذا ہے۔ پنجابی سے مراد پنجاب کے چبائے دیہاتی ہیں نہ کہ شہر کے نازک اندام شہری۔ پنجاب کے جھائش اور صحت مند دیہاتی کی غذائیں کسی کو بے حد اہمیت حاصل ہے۔ یہ اس کی غذا کا اہم ترین جزو ہے۔ دیہات میں تو عوام کی بیشتر تعداد اب بھی روٹی کے ساتھ کسی استعمال کرتی ہے۔

چھاچھ: مکھن نگی ہوئی کسی کو چھاچھ کہتے ہیں۔ چھاچھ میں چکنائی کے سوا دودھ کے تمام غذائی اجزاء موجود ہوتے ہیں۔ چھاچھ میں نمی اجزاء نشاستہ دار اور شکر لیے اجزاء، چونا، فاسفورس، فولاد کے علاوہ حیاتین 'الف'، 'ب' اور 'د' ہوتا ہے۔ گویا طبی نکتہ نگاہ سے چھاچھ بڑی مفید اور جامع غذا ہے۔ اس میں مختلف غذائی اجزاء ہوتے ہیں اگر سالن وغیرہ نہ ہو تو چھاچھ کے ساتھ روٹی کھائیں جو مکمل غذا کا کام دیتی ہے اور بدن کی غذائی ضروریات کو پورا کرتی ہے۔ بچوں کے لئے عمدہ غذا ہے۔ اس طرح جن لوگوں کے معدے کمزور ہیں اور چکنائی ہضم نہیں کر سکتے، انہیں چھاچھ استعمال کرنی چاہئے۔ نصف لٹر چھاچھ میں 33 حرارے غذائی قوت ہوتی ہے۔ شہروں اور قصبہ میں دہی کی کسی استعمال کی جاتی ہے۔ پنجابی تو کسی کے اس قدر متوالے اور شیدائی ہوتے ہیں کہ جس شہر کا رخ کرتے ہیں وہاں کسی کی دوکان تلاش کر لیتے ہیں۔ لاہور میں کسی کی دوکانیں پنجابوں نے قائم کیں اور اب کراچی میں زندہ دلاں پنجاب نے کسی کی دوکانیں کھول رکھی ہیں جن پر بے حدجوم رہتا ہے۔ پاکستان کی آب و ہوا میں کسی بہترین مشروب ہے اس کو ہم اپنا قوی مشروب قرار دے سکتے ہیں۔

مشہور ڈاکٹر پیچی کاف نے بلغاریہ کا دورہ کیا تو وہاں کے باشندوں کی طویل عمریں اور عمدہ صحت کو دیکھ کر حیران رہ گیا۔ بلغاریہ یورپ میں ہے مگر وہاں کے باشندوں کا طرز زندگی ایشیائی ہے۔ غذا میں تو مشرق سے بے حد مشابہت ہے۔ بلغاریہ کے باشندے دہی کے بے حد شائق ہیں۔ دہی ان لوگوں کی صحت کا ضامن ہے۔ ڈاکٹر کاف نے تحقیق کی تو معلوم ہوا کہ ان لوگوں کی درازی عمر کا راز دہی ہے۔ دہی دودھ سے زیادہ مفید ہے۔ دہی دودھ سے زیادہ فائدہ مند ہے۔ دہی میں عفونت رونے والے جراثیم ہوتے ہیں۔ یہ جراثیم آنتوں میں جا کر جراثیم کو ہلاک کر دیتے ہیں۔ اس میں فقط ترشی پیدا کرنے والے جراثیم ہوتے ہیں۔ دہی موڈی جراثیم سے پاک صاف ہوتا ہے۔ مضر جراثیم دہی میں مل بھی جاسیں تو وہ ترشی کے اثر سے فنا ہو جاتے ہیں۔ دہی کے یہ مفید جراثیم بڑے سخت جان ہوتے ہیں۔ عمدہ اور آنتوں میں زندہ کار فرما ہوتے ہیں اور وہاں بھی مضر جراثیم کو ہلاک کرتے ہیں۔ غذا کے نشاستہ اور اجزاء کو ترشی میں تبدیل کر کے دوسری قسم کے جراثیم کو ختم کر دیتے ہیں۔ دہی خالص دودھ سے تیار کرنا چاہئے۔ دودھ کے پاؤڈر سے تیار کردہ دہی مفید نہیں ہوتا۔ دہی جمانے کے برتن صاف ہونے چاہئیں۔ دہی کو کھلا نہیں رکھنا چاہئے بلکہ اس برتن کو ڈھانپ دینا چاہئے۔ جوش کئے ہوئے دودھ کا دہی لذیذ اور مفید ہوتا ہے۔ زیادہ کھلا دہی فائدہ مند نہیں ہوتا۔ ہمیشہ تازہ دہی استعمال کرنا چاہئے۔ بہتر طریقہ تو یہی ہے کہ گھر پر دہی جمالیا جائے۔ دہی غذائی اجزاء سے بھرپور اور حیاتین کا حامل ہے۔

پنجاب کی غذا: دہی پنجاب کے باشندوں کی غذا کا لازمی جزو ہے۔ یہ امر تعجب انگیز ہے کہ شہروں میں ایک طبقہ نے دہی کے استعمال کو ترک کر دیا ہے اور چائے کو شوق سے پیتے ہیں حالانکہ مغرب میں اب دہی کو بہت پسند کیا جاتا ہے۔ چائے تو انسانی صحت کے لئے بے حد مضر ہے۔ دہی جیسی مفید غذا کو چھوڑ کر چائے کا استعمال کرنا کوئی دانشمندانہ اقدام نہیں ہے۔ دہی کا مزاج سرد تر ہے۔ یہ جسم کی گرمی اور سوزش کو دور کرتا ہے۔ بدن میں سکون پیدا کرتا ہے، پیچش اور

خود پر غشی طاری کرنے سے بہت بہتر ہے کہ دن میں تھوڑا تھوڑا کھایا جائے۔ بیکری کی اشیاء کو بطور اسٹیکس استعمال کرنے سے بہتر ہے کہ خشک پھل، مغزیات اور بیج بطور اسٹیکس استعمال کئے جائیں۔

8- لوفیت ڈیری پروڈکٹس کا انتخاب: دودھ اور اس سے بنی ہوئی اشیاء کا انتخاب کرتے وقت "لوفیت" کا لفظ ذہن میں رکھیں۔ دن میں ڈیری فوڈ کی دو سے تین سرونگ استعمال کرنی چاہئیں۔ یہ کیلشیم کا اچھا ماخذ ہونے کے ساتھ ساتھ مضبوط ہڈیوں اور دانتوں کے لئے ضروری ہیں کیلشیم کی مناسب مقدار نہ استعمال کرنے سے اواخر عمر میں (ہڈیوں کی خشکی کا مرض) کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ آج کل ڈیری پروڈکٹس لوفیت بھی دستیاب ہیں دودھ کی بالائی نکال کر استعمال کریں اور اگر گھر پر ہی جمانا چاہتے ہیں تو بالائی لٹکے ہوئے دودھ کی دہی جمائیں۔

9- چکنائی کم کر دیجئے: اگرچہ جسم کے لئے چکنائی کا استعمال ضروری ہے مگر ہم سب ہی مرغن کھانوں کے شیدائی ہیں۔ چکنائی سے بھرپور مرغن کھانے خصوصاً وہ خوراک جو چھوڑ بٹھ لوفیت چکنائی سے بھرپور گوشت اور ڈیری پروڈکٹس (دودھ کی بنی اشیاء) میں موجود ہوتی ہے۔ مکھن اور کچھ اقسام کے مارجرین بھی چکنائی سے بھرپور ہوتے ہیں۔ جہاں تک ممکن ہو کم یا بالکل لوفیت متبادل کا انتخاب کیجئے۔ گوشت چربی کے بغیر استعمال کرنا چاہئے۔

10- کافی کم پیئیں: اگرچہ کافی کی ریپوشیشن اچھی نہیں لیکن جدید تحقیق سے ظاہر ہوتا ہے کہ کافی اتنی مضر نہیں جتنی کہ سمجھی جاتی ہے۔ ماہرین کے مطابق کافی کا استعمال صحت کے لئے خطرہ نہیں۔ اگر اعتدال میں ہو، ہمارے ہاں موسم کے اعتبار سے دن بھر میں دو یا تین کپ کافی بہت ہے۔

11- دھیان سے کھائیں: آرام سے بیٹھ کر کھائیں۔ اس کے بجائے کہ ٹرے لے کر ٹی وی کے سامنے بیٹھ جائیں۔ عام طور پر اگر کھانا توجہ سے نہ کھایا جائے تو بے دھیانی میں بھوک سے زیادہ کھالیا جاتا ہے۔ ہمارے ذہن کو یہ پیغام ملنے میں 15 منٹ کا وقت درکار ہوتا ہے کہ اب پیٹ بھر چکا ہے۔ اگر بہت تیزی سے کھایا جائے تو ذہن تک پیغام جانے میں دیر ہو جاتی ہے۔

● احتیاط کے ساتھ اس سلسلے کو رسالے سے علیحدہ کر لیں، اور پُر کر کے ماہنامہ "عبقری" کے دفتر روانہ کریں۔

● اگر ایک سے زیادہ ممبر شپ فارم کی ضرورت ہو تو اس سلسلے کی فوٹو کاپی کروائی جاسکتی ہے۔ ● اپنا پتہ صاف صاف لکھیں۔

● یہ سلسلے ایک روحانی امانت ہے، ضائع نہ ہو، اگر آپ کو ضرورت نہیں تو کسی ضرورت مند تک پہنچا کر صدقہ جاریہ میں حصہ ملائیں۔

● منی آرڈر کرنے والے منی آرڈر رسید نمبر ضرور لکھیں ● اپنے مکمل پتے میں پوسٹ کوڈ اور فون نمبر ضرور لکھیں

● آپ تسلی رکھیں آپ کا فارم اور رقم ملتے ہی نئے ماہ کار سالہ اور رقم کی رسید آپ کو گھر پر ملے گی ● آپ کے اعتماد کو ٹھیس نہیں پہنچے گی۔

مایوس اور لا علاج مریضوں کے لئے آزمودہ اور پر تاثیر دوائیں

گیس، تیخیر، پیٹ کا بڑھنا، ہائی بلڈ پریشر، بواسیر، اعصابی بیماریوں، الرجی، دمہ، موٹاپا اور پٹائٹس کا سستا اور کامیاب علاج

جو ہر شفاء مدینہ (کورس)

سوائے موت کے ہر مرض کا علاج

ایک ایسے شفاء بخش مرکب کی پیشکش جس کا انتخاب بیشتر نبوی بوٹیوں سے کیا گیا۔ وہ جو سالہا سال کی آزمائش نے اسے خود گارنٹی اور کسوٹی بنا دیا ہے۔ جس کے ایک بار کے استعمال نے ہر شخص کو اس کا گرویدہ بنا دیا ہے۔

جب بھی ہم اس دوا کے فوائد بیان کرنے بیٹھیں اور اگر مکمل فوائد سے آگاہ کر دیں تو آپ شاید یقین نہ کریں۔ آخر یہ اتنے فوائد کیوں نہ ہوں اس کی بنیادی وجہ یہی ہے کہ جب بھی ہم نبوی دواؤں پر بھروسہ کے ساتھ یعنی سوائے موت کے ہر مرض کا علاج!!! پھر کیوں نہ ہم یہ دعویٰ کریں کہ یہ ڈھیر سارے امراض میں اتنی تیزی سے اثر پذیر ہے کہ بڑی بڑی قیمتی ادویات وہاں ناکام ہو جاتی ہیں جہاں یہ دوا کام کرتی ہے۔

اگر آپ مزید کچھ توجہ فرمائیں تو اس کے مختصر فوائد ہم بتائے دیتے ہیں۔ یہ گھر بھر کی ضرورت ہے، جی ہاں! اس وقت جب گھر کے کسی فرد کو معدے میں گیس، تیخیر ہو، کھانا کھانے کے بعد معدے میں افزائش ریح کو روکتا ہے۔ پیدا شدہ ریح کو تحلیل کر کے خارج کرتا ہے، آنٹوں کی خشکی کو ختم کرتا ہے اور ان میں طبعی تری پیدا کرتا ہے۔ کھانے کو جزو بدن بناتا ہے اور غذا کو ہضم کرنے میں اس کا کوئی ثانی نہیں۔

معدے کی مشکلات کی خاص دوا: معدے میں ہر وقت آوازیں آنا، معدہ اور پیٹ میں جگہ جگہ درد ہونا۔ اچھارہ، پیٹ کا تن جانا اور پھول جانا، بد ہضمی۔ ان امراض میں بہت ہی زیادہ مفید نتائج ہیں اور جو ہر شفاء مدینہ نے ان تمام امراض میں اہم کردار ادا کیا ہے۔

جگر کی تکالیف میں فیصلہ کن شفاء: جب جگر کا نظام خراب ہو، کھاپیا ہضم نہ ہونے کی وجہ سے بدن بنے، جسم پر درم، رنگ پیلا ہو اور زردی مائل ہو، کوئی دوا کارگر نہ ہو، خشکی جسم میں از حد ہو اور جسم آہستہ آہستہ پھول رہا ہو۔ ایسے تمام امراض کے لئے جو ہر شفاء مدینہ کا کچھ عرصہ استعمال ہی زندگی اور شادابی لاتا ہے۔

ایک محبوب اور سرچ الاثر مرکب: بار بار کے تجربات میں یہ بات آئی ہے کہ جب دل معدہ اور جگر کی بیماریوں نے مریض کو دیگر بیماریوں میں مبتلا کر دیا ہو جہاں ایک مرض کا علاج ہو دیگر کئی اور بیماریاں شروع ہو جائیں وہاں صرف نبوی نسخہ کارگر رہا ہے۔ اور خواتین مردوں جوانوں اور بچوں

میں یکساں مفید و موثر جانا گیا ہے۔ ایک بار ضرور آزمائیں مایوس نہیں کرے گا۔

جب ہر تدبیر کارگر نہ ہو: مسوڑوں سے مسلسل خون اور پیپ، گلے کی ہر وقت آفیکشن، دماغ پر مسلسل بوجھ، کان اکثر بند رہیں پھر ان کے اثرات سے نظر کمزور یا دوا شدت کمزور ہونا شروع ہو اور زندگی کے معمولات میں خلل واقع ہو۔ ایسے دور میں جو ہر شفاء مدینہ کا مستقل اور کچھ عرصہ استعمال ان کھوئی ہوئی قوتوں کو بحال کر دے گا۔

دل کے امراض میں طاقتور عمل: ہائی بلڈ پریشر، دل کے والوکا بند ہونا یا دل کی کسی شریان کا بلاک یا بند ہونا، دل کی دھڑکن کی تیزی، سانس پھولنا، سیڑھیاں بھٹکل چڑھنا، پھر ایسے لوگ جو ہاضمے کے مرکبات میں نمک کی شکایت کرتے ہیں تو یہ مرکب نمک سے بالکل پاک ہے۔ بڑھے ہوئے بلڈ پریشر کو کم اور مزید نہیں بڑھنے دیتا۔ جو ہر شفاء مدینہ ایک خاص مکمل دل کا کورس ہے۔

خوشیوں کا خزانہ: ایک دفعہ ایک مریض کو دائمی بواسیر تھی اس نے آزمائی تو بواسیر، معدے کی گیس، تیخیر اور بد ہضمی ختم ہوئی تو بے ساختہ اس کے منہ سے نکلا کہ مجھے تو خوشیوں اور راحتوں کا خزانہ ملا ہی اب ہے۔

ایک فطری شفاء بخش تجربہ: جب اس دوا کو شروع کیا تو معلوم نہ تھا کہ اس کے اتنے فوائد مزید ہو سکتے ہیں۔ پھر خود لوگوں نے بتائے۔ ایک مریض نے بتایا کہ میرے مٹانے کے غدود چھوٹے ہوئے تھے اور پراسٹیٹ گلینڈ کا آپریشن بتاتے تھے چونکہ بار بار پیشاب آتا تھا۔ میں نے اس دوا کو چند ماہ استعمال کیا تو زندگی بھر کے لئے راحت مل گئی۔ اب رات کو پیشاب کر کے سوتا ہوں، صبح اٹھ کر کرتا ہوں۔

تکوار سے زیادہ تیز اثر: میرے پاس سینے اور پیٹھ پر دے کے مریض بے شمار آئے اور سب نے یہ تجربہ بتایا کہ ریشہ بلغم اور سانس کی الرجی، دائمی دمہ کھانسی، سانس ڈوب جانا، کمزوری بے طاقتی کے لئے جب جو ہر شفاء مدینہ استعمال کی تو حیرت انگیز طور پر جسم میں تبدیلی آنا شروع ہوئی اور جسم بالکل تندرست ہو گیا۔

بے گمان تجربات: نوجوانوں میں اس کے تجربات کبھی گمان میں نہیں تھے لیکن سالہا سال کے تجربات کے بعد یہ چلا کہ یہ دوا، نوجوان نسل کی مخصوص بیماریوں اور عوارض کے لئے بہت لا جواب اثرات اور تجربات رکھتی ہے۔ پھر جب نوجوان کو مستقل استعمال کر دیا گیا تو پتہ چلا کہ یہ کوئی عجیب و غریب چیز ہے۔

دل کی زندگی چرے کی مسرت: ایسی لا علاج خواتین جن کے چہرے پر غیر ضروری بال تھے، چھائیاں تھیں اورکیل دانے مہاسے تھے جب انہوں نے یہ نسخہ توجہ سے یکسوئی اور مستقل اعتماد سے استعمال کیا تو نبوی جڑی بوٹیوں نے مایوس نہ کیا اور تھوڑے عرصے میں دل کی زندگی اور چہرے کی مسرت لوٹ آئی۔

خواتین کے مخصوص امراض کا تیر ہدف علاج: لیکوریا، عفونی پانی، اندرونی درم، دباؤ اور بوجھ بڑانا، ایام میں تکلیف اور بے قاعدگی جب خواتین نے جو ہر شفاء مدینہ استعمال کرنا شروع کیا تو یہ امراض مکمل طور پر ختم ہو گئے اور اطمینان میسر ہوا۔

جسم کی کمزوری اور بد خوئی کا نافع تریاق: جن لوگوں میں خون کی کمی ہو، سرخ ذرات کم ہوں، ہیملوگلوبن کم ہو، جسم مردہ، بے جان ہو یا پھر رات کو برے برے خواب آتے ہوں یا نیند میسر نہ ہو ایسے تمام مریضوں کے لئے جو ہر شفاء نہایت موثر پانی گئی اور مریضوں نے استعمال کیا تو تسلی پائی۔

پٹائٹس کا مکمل خاتمہ: جہاں 700 روپے کا روزانہ انجکشن اور 13000 روپے کے ہر ہفتے بعد انجکشن لگتے ہیں وہ مریض اس دوا کو کچھ عرصہ استعمال کر کے جب ٹیسٹ کراتے ہیں تو لا جواب رزلٹ ملتے ہیں۔ کتنے بے شمار مریض اس جو ہر شفاء مدینہ سے مزید لوگوں کو روشناس کرا رہے ہیں کہ ہمیں نئی زندگی کی نوید ایسی دوا سے ملی ہے۔

ایک بے کیف تجربہ: جب پرانے بخار، گڑباجیں اور بخار جان نہ چھوڑ رہا ہو اس کا تجربہ واقعی پر کیف تھا۔ مریض کسی بھی عمر کا ہو ہر حال میں فائدہ ہوا ہے۔

ایک ایمان افروز واقعہ: ایک خاتون کے نو بچے ہیں میاں کا کاروبار اتنا اچھا نہیں۔ قدرت خدا کی روز کوئی نہ کوئی بچہ بیمار علاج کر، کر کے آخر کار مقروض ہو گئے۔ انہیں بچوں کے جملہ امراض میں جو ہر شفاء مدینہ استعمال کرنے کا مشورہ دیا۔ خاتون کے بچوں کو معدے کے امراض الٹی تے دست کھانسی نزلہ زکام بخار اور دیگر امراض میں چٹکی چٹکی جو ہر شفاء مدینہ دنوں میں گئی بار بار تو بچے تندرست ہو گئے۔ خود ہی کہنے لگی اب اتنی فرصت ہو گئی ہے کہ نماز اور اعمال کی بھی خوب پابندی ہوتی ہے۔

ایک طاقتور پیش قدمی: یہ زیادہ عرصہ کی بات نہیں چند روز کا واقعہ ہے کہ ایک مریض کے گردے ٹپل ہو گئے اس نے داش

جناب حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی کی کتب ”تالیفات“

